



प्राचीन हिन्दू धर्मग्रन्थसुद्धा



# धर्मभिभांसा

(नित्यकर्म)

Reg. No. 225

संविधान संशोधन

७. १९५०



# सूचि पत्र

| आ.सं.सं.  | सं.सं.    | पृ.सं. | पृ.सं. |
|-----------|-----------|--------|--------|
| १.०       | ३.०       | १०     | १      |
| १.१       | १.१       | ११     | ११     |
| वि.सं.सं. | वि.सं.सं. | १२     | १२     |
| १.२       | १.२       | १३     | १३     |
| १.३       | १.३       | १४     | १४     |
| १.४       | १.४       | १५     | १५     |
| १.५       | १.५       | १६     | १६     |
| १.६       | १.६       | १७     | १७     |
| १.७       | १.७       | १८     | १८     |
| १.८       | १.८       | १९     | १९     |
| १.९       | १.९       | २०     | २०     |
| २.०       | २.०       | २१     | २१     |
| २.१       | २.१       | २२     | २२     |
| २.२       | २.२       | २३     | २३     |
| २.३       | २.३       | २४     | २४     |
| २.४       | २.४       | २५     | २५     |
| २.५       | २.५       | २६     | २६     |
| २.६       | २.६       | २७     | २७     |
| २.७       | २.७       | २८     | २८     |
| २.८       | २.८       | २९     | २९     |
| २.९       | २.९       | ३०     | ३०     |
| ३.०       | ३.०       | ३१     | ३१     |
| ३.१       | ३.१       | ३२     | ३२     |
| ३.२       | ३.२       | ३३     | ३३     |
| ३.३       | ३.३       | ३४     | ३४     |
| ३.४       | ३.४       | ३५     | ३५     |
| ३.५       | ३.५       | ३६     | ३६     |
| ३.६       | ३.६       | ३७     | ३७     |
| ३.७       | ३.७       | ३८     | ३८     |
| ३.८       | ३.८       | ३९     | ३९     |
| ३.९       | ३.९       | ४०     | ४०     |
| ४.०       | ४.०       | ४१     | ४१     |
| ४.१       | ४.१       | ४२     | ४२     |
| ४.२       | ४.२       | ४३     | ४३     |
| ४.३       | ४.३       | ४४     | ४४     |
| ४.४       | ४.४       | ४५     | ४५     |
| ४.५       | ४.५       | ४६     | ४६     |
| ४.६       | ४.६       | ४७     | ४७     |
| ४.७       | ४.७       | ४८     | ४८     |
| ४.८       | ४.८       | ४९     | ४९     |
| ४.९       | ४.९       | ५०     | ५०     |

# ગૂજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય

[ ગુજરાતી કૉપીરાઈટ વિભાગ ]

અનુક્રમાંક ૫૮૪ - ૮ વર્ગીક

પુસ્તકનું નામ ઈ.મ. (નિ.નિ.૨૫)

વિષય પં.૨૦૪



॥ श्री तत्सत् सदगुरु श्री शुक्देवाय नमः ॥

# धर्मभिभांसा-नित्यकर्म



सशोधक અને સમ્પાદક

શ્રી. શ. ડા. શુ. ઉ. હરિપ્રસાદ બાળમુકુન્દ ભટ્ટ  
મુ. સુરત ટે. હરિપુરા બતાનીનો વડ સત્સંગ છુવન.

પ્રકાશક

શાહ રણછોડદાસ જેડીસનદાસ સરૈયા

ટે. હાગપુરા-ગુરત.

સંવત ૧૯૮૦ના પોષ સુદી ૧૫

(દોહરા)

મનુષ્ય વૃક્ષનું ધર્મ મૂળ, થડ નીતિ, સત્ય ડાળ,  
પત્ર પુણ્ય ફળ મુક્તિ છે, મૂળ સિંચો વૃદ્ધબાળ.

કિંમત ૦-૪-૦

પર: ૪ [૨]

“ભૂલે છે ભાઈ શાને તું ?” ૧૧૪૭૦

ગજલ.

કરી લે સત્ય કનાણીન, ભૂલે છે ભાઈ શાને તું ?  
 મ્મમર્મને નગી સ્નાને, પરાયા તંત્રમાં ધાતો.  
 સ્વછંદાચારે છૂંદતી, ભૂલે છે ભાઈ શાને તું ? ૧  
 સ્નાન, સંધ્યા, બપો, હોમ, સ્તુતિને પાઠ દેવપૂજા,  
 અનીથિ, વૈશ્વદેવ કર્મો, ભૂલે છે ભાઈ શાને તું ? ૨  
 સનાતન ધર્મને ધારી, થયા ને બીજમ બડ નેવા.  
 કૃષ્ણને રામની નીતિ, ભૂલે છે ભાઈ શાને તું ? ૩  
 ગાયાં છે જગે ગીતો, હજી છે તાજાં ને તાજાં  
 નીતિના ફરકતા નેજા, ભૂલે છે ભાઈ શાને તું ? ૪  
 હું પઠું હાડકું છોડી, મમતા નાંખને તોડી,  
 સ્વધર્મે જીવે નેડી, ભૂલે છે ભાઈ શાને તું ! ૫  
 અસત્યે તું જઈશ માર્યા, ડહાપણે દાટ બહુ વાળ્યો?  
 જીત્યો બાણું પણ હાળો, ભૂલે છે ભાઈ શાને તું ? ૬  
 નેડી મોહપાશથી માયા, બળહિણ શું ? કરું કાયા ?  
 ધેવછા છોડી દે ગલ્લા, ભૂલે છે ભાઈ શાને તું ? ૭  
 દહુ કોડે તને બાપુ ! શિખામણ સુખની આપુ  
 તને સ્વરૂપમાં સ્થાપું, ભૂલે છે ભાઈ શાને તું ? ૮  
 માનવનો ધર્મ લે ધારી, પશુગત કર ના પ્યારી  
 અમૂલી જીંદગી હારી, ભૂલે છે ભાઈ શાને તું ?  
 સજી ને સાચા ધર્મને, તજી દે અનાતમ કર્મને;  
 હરિપસાદ કહે મર્મને, ભૂલે છે ભાઈ શાને તું ? ૧૦

## સુમર્પણ

શ્રીસર્વેશ્વર, સર્વાન્તર્યામી, શબ્દબ્રહ્મ, સચ્ચિદાનંદ,  
સદ્ગુરુ શ્રી શુકદેવાચાર્ય મહારાજશ્રીના પવિત્ર  
યુગલ ચરણકમળમાં પ્રેમ પુષ્પાંજલિરૂપે આ  
ધર્મભિમાંસા-નિત્યકર્મનું સુવિચારણારૂપી  
લઘુ પુસ્તક અર્પણ કરું છું. જ્યાં  
અલ્પ પરિશ્રમ પણ શ્રી સદ્ગુરુદેવ  
કૃપા કરી સેવારૂપે સ્વિકારી  
મુજ રંકને કૃતકૃત્ય  
કરશે ! એવી

આશા

છે.

લિ. આપનો દાસનુદાસ  
હરિના સાષ્ટાંગ દાસ

## ભૂમિકા

### ઇન્દ્રવજ્રવૃત્ત

યેષાં ન વિદ્યા ન તપો ન દાનં, જ્ઞાનં ન શીત્રં ન ગુણો ન ધર્મઃ ।  
તે મર્થલોકે ભુવિભાર ભૂતા, મનુષ્યરૂપેષુ મૃગાશ્ચરન્તિ ॥

જેઓને વિદ્યા, તપ, દાન, જ્ઞાન, સારો સ્વભાવ, ગુણ કે ધર્મ કાંઈપણ નથી તેઓ તો મૃત્યુલોકમાં મનુષ્યરૂપે જન્મા છતાં પૃથ્વીને બાર આપનાર પશુરૂપ છે. કારણ કે:—“આહારનિદ્રાભયમૈયુનં ચ, સામાન્યમેતત્પશુભિર્નરાણામ્ । એકો વિવેકો ભ્રષ્ટિકો મનુષ્ય વિવેકહીનાઃ પશુભિઃસમાનાઃ ॥” અર્થ—આહાર, નિદ્રા, ભય તથા મૈયુન એ ચારે, પશુ તથા મનુષ્યોમાં સામાન્ય છે, પણ એક વિવેકજન મનુષ્યમાં અધિક છે.

મનુષ્ય જન્મ ધારણ કરી દરેક મનુષ્યે દિન પ્રતિદિન આકર્ય છોડી દઇ સત્ક્રિયા, સદાચરણ, સત્પુરૂષોની સેવા, સદ્ગુરુ ને સત્શાસ્ત્રમાં શ્રદ્ધા રાખી ધર્મનીતિનું પાત્રન કરવું, અહિંસા, ક્ષમા આદિવ્રતોનું શેવન અને ઇષ્ટદેવની ઉપાસના યુક્ત સત્સમાગમ કરવો. એજ મનુષ્યોનું કર્તવ્ય છે. શાસ્ત્રકાર કહે છે કે:—

કરેન્દ્રાધ્યસ્ત્યાગઃ શિરસિ ગુરૂપાદ પ્રણયિતા ।

મુખે સત્યાવાણી, વિનયિભુજયો વીર્યમનુજમ્ ॥

હૃદિ સ્વસ્થાવૃત્તિઃ શ્રુતમધિગતં ચ શ્રવણયો ।

વિનાયૈશ્વર્યેભ્ય, પ્રકૃતિમહતાં મણ્ડનમિદમ્ ॥

સત્યાગ્રને દાન આપવું એ હાથનું ધરેણું છે, ગુરુને નમસ્કાર કરવા એ મસ્તકનું ધરેણું છે, સત્ય બોલવું એ મુખનું ધરેણું છે,

અહ્યર્થવત એ હાથનો અલંકાર છે, સ્વચ્છ વર્તણૂક એ હૃદયનું  
ધરણું છે, અને ઇશ્વરનું જ્ઞાન થવું એ શાસ્ત્રનું ધરણું છે, માટે  
મનુષ્ય ધર્મ કર્મ પરાયણ રહેનાર મનુષ્યમાં શ્રેષ્ઠ ગણાય છે. એટલા  
સાફ સાધારણ “ ધર્મેભિર્માસા-નિત્યકર્મ ” ધર્મ કર્મના વિચાર  
આરે વર્ણને સાફ આ પુસ્તક દ્વારા યોજવામાં આવ્યા છે. તથા  
સ્ત્રી-પુરુષોને આચરવા યોગ્ય શિક્ષણ બતાવવામાં આવ્યું છે. અધ્યા  
પૂર્વક નિત્ય કર્મ કરવાથી આલોક-પરલોકમાં અનન્યપદ પ્રાપ્ત થાય  
છે, તેટલા સાફ મતમતાંતરના ઝગડા છોડી નિરંતર આચરણને  
સુધારી નિત્ય કર્મ કરવું. નિત્યકર્મ કરવાથી નિત્યના થતાં પાપો  
ટળે છે, ઇષ્ટ ઉપાસના કરવાથી અંતઃકરણ શુદ્ધ થાય છે, અંતઃકરણ  
શુદ્ધ થવાથી પરમજ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થાય છે. એમ કર્મ, ઉપાસના, ને  
જ્ઞાન એ ત્રણના બળવડે ભવસાગર તરી જવાય છે. જીવજીવી  
પક્ષીને કર્મ ઉપાસનાશી બે પાંખ છે, સ્થૂપ, સૂક્ષ્મ ને કારણ એ  
ત્રણે આવર્ણ છોડી નિરાવર્ણમાં ઉડી જવાને એ બે પાંખો સાધન  
છે. જ્ઞાન એ નિરાવર્ણનો માર્ગ છે. અને અનુભવ એ નિરાવર્ણ  
સ્થાન છે; સ્વયંઆત્મા એ સ્થાનના અધિપતિ દેવ છે. માટે મુમુક્ષુએ  
અને મુક્ત જીવોએ કર્મ, ઉપાસના, ને જ્ઞાનનું નિરંતર સેવન કરવું  
એજ સ્વકર્તવ્ય છે. માટે

જપ જપ હરિનામં, સર્વ મુત્સૃજ્ય કાર્યમ્ ।

ભજ ભજ ગુરુપાદં, પદ્મ શંકાં વિહાય ॥

કુરે કુરે સત્સંગં, માનમોહૌ વિદ્યર્થ ।

તર તર ભવસિંધું, સાવધાનેન વત્સઃ ॥ (ત્રીશુકપ્રીતા)

હે વત્સ ! સર્વ કામ છોડી તું શ્રીહરિનું નામ જપ જપ, સર્વ  
શંકાઓ દૂર કરી શ્રી સદગુરુ ચરણાર્ચિત્તે ભજ ભજ, તથા અભિ-



આનને દૂર કરી સત્સંગ કર કર, અને સ્વધર્મ પરાયણ રહી ભવ-  
સાગરને તરતર, (મારી નમ્રભાવના)-હે સજ્જનો ! ધર્મ કર્મને નીતિની  
અભિપ્રાય સાથે, મારો હૃદયોર્મિ ઉછળવાથી આ નાનકડું પુસ્તક  
આપની દૃષ્ટિગોચર થઈ આપના પવિત્ર હૃદય કમળમાં વાસ કરે એ  
સાર ઇષ્ટ પ્રેરણાથી નવન સેરા બાણી લખ્યું છે; -લેખક કે કવિપણાનું  
અથવા શાસ્ત્રિય જ્ઞાનની ધૂટતા ધરાવવાનું અભિમાન કરવા ઉત્કંઠા  
કાંઈ નથી. મારે બૂલચુક હોય તો સુધારી આપની પવિત્ર હૃદય  
વાટિકામાં ધર્મનીતિમય વચોરૂપી કુસુમ પુષ્પોને સદ્ભાવે સ્થાન  
આપશો. જોથી મારો અદ્યપરિશ્રમ પણ શ્રેયસ્કર ગણાય અને  
હું અહોભાગી થાઉં.

લી૦ આપનો ભવદિય હારિ.

### આભાર

આ પુસ્તક છાપવામાં સુરતના “નવયુગ” મુદ્રણાલયના કાર્યવાહકો  
એ બાતુ મકિતયુક્ત સહાય કરી મારા કામની સરળતા કરી  
આપી અને ઉપકૃત કાવો છે; એથી એમની વિશુદ્ધ પ્રેમભાવનામાં  
હું રણી છું.

વિશ્વવિભુ પરમાત્મા ! પવિત્ર કાર્યોમાં પવિત્ર હૃદય ભાવના સત્સના  
રૂપે પ્રેરક નહીં એઓને સદા સર્વદા સ્વજન સેવા, સ્વદેશ ભક્તિ,  
અને ધર્મ નિષ્ઠાનું બળ અર્પો; એની પ્રાર્થના કરી વિરમું છું,  
લી.

સ્વજન સ્નેહા કાંક્ષી.  
હરિના જયજય.

[૭]

શ્રી

ધર્માવલંબી જ્ઞાન નિષ્ઠ સદ્ગુણસમ્પન્ન

શેઠ રણછોડદાસ જેડીસનદાસ સરૈયા

સુ. હરિપુરા, સુરત.

આપની નહિ મરજી છતાં, મારે આપના સખધા બે બોલ લખવા એમ મારો આત્મા મને પ્રેરે છે—આપનો પ્રેમ, અને પ્રભુ પરાયણતા જોઈ મને ધણેજ આનંદ થાય છે. આપ સત્સંગ લુવનમાં પધારી સત્સંગ લાભ દ્યો છો, એટલુંજ નહિ પણ ધણી વખત આપને ત્યાં કયા પ્રવચન કરાવી, બ્રહ્માનંદની લૂંટ ચલાવો છો. તે વેળા આપના પવિત્ર ગૃહસ્થાશ્રમધર્મને જોઈ મને ધણેજ આનંદ થાય છે. આપનાથી શુદ્ધ સંસ્કાર પામેલા આપના પુત્ર ચિરંજીવી બાલુનાથ તથા ચિ. ચંદુલાલ તથા ચિ. અ. સૌ બહેન તારાગૌરી તથા ચિ. અ. સૌ. બહેન મંગલાગૌરી અને આપના લઘુ બન્ધુ છોટુનાથ વિગેરે કુટુંબ વર્ગની ધર્મનીતિ તથા સુ સંપત્તિ પરિસીમા જોઈ—“ધન્યં ચ ગૃહસ્થાશ્રમ” આવા ગૃહસ્થાશ્રમને ધન્ય ધન્ય છે, એમ કહ્યા વિના ચાલેજ નહિ.

વળી હું, જ્યારે જ્યારે કયા, કીર્તન, વિ. સત્સંગ પ્રસંગ ફેટલાક મનુષ્યોમાં ધર્મની ગ્લાની જોઈ હતાસ થાઉં છું, ત્યારે સત્સંગ લુવનમાં નિરંતર આવનાર પ્રેમીમંડળ સાથે આપ પણ ધર્મનીતિ ને જ્ઞાનમકિતનો પ્રકાશ પાડી ખડે પગે ઉભા રહો છો, એટલુંજ નહિ પણ રૂપિમુનિઓના વચનો ઉપર બન, મન, ધન સાથે સમર્થનો ભાગે આપી સંપૂર્ણ શ્રદ્ધાથી કર્તવ્ય બજાવી મનુષ્ય જન્મનું શ્રવાચ સાધો છો એજ આવા કમિકાળમાં પ્રશંસનીય છે.

આવા કળિકાળમાં કળિ બળ પ્રભાવથી ધણા મનુષ્યો ધણા ખરા ભોગ માત્ર મોહના સપાટામાં સપડાઈ સાન્નિધ્ય ધર્મ, કર્મ, પવિત્રતા છોડી દઈ આત્મપ્રતિના કર્મોને લાગ કરી અહીં મમત્વના કર્મોમાં ફસાય એ સ્વાભાવિક છે. એટલા માટે તેઓની જાગૃતિ સાર પરમાર્થ યુષ્ઠિય યુક્ત “ધર્મભિમાંસા-નિત્યકર્મ” નામનું પુસ્તક ચારે વર્ષને ઉપગોળી જાણી છપાવી પ્રસિધ્ધ કરવા આપે પરમ ઉદારતા જણાવી જ્ઞાન દાન દેવામાં ધનનો સદ્વ્યય કર્યો તે પણ અત્યુત્તમજ કહેવાય.

ધર્મ, કર્મ અને પુણ્યદાન કરનારા મનુષ્યો કંઈ કીર્તિ માટે બધું કરતા નથી પણ સ્વકર્તવ્ય સમજી તેઓ ધન કરતાં પણ કેવળ ધર્મ અને સત્ય માર્ગની વધારે કિંમત ગણે છે-દાન કરનારાઓની સુગંધ અને અશુભ કરનારાઓની દુર્ગંધ સ્વાભાવિકજ જન સમાજમાં પ્રસરે છે. દિવસને દિવસ અને રાત્રિને રાત્ર તેના સમય ઉપરથીજ કહેવાય એ એટલે હું પ્રસંશા કરું છું એમ નથી. પણ શુભ કૃતિ સ્વભાવિકજ પ્રસંશનીય છે. અસ્તુ—

આપની પરોપકાર વૃત્તિ અસ્પષ્ટિત વલ્લાજ કરે છે. આપનો ધંધોજ સર્વ મનુષ્ય માત્રને પુણ્યો ( સુગંધ ) આપવાનો છે. એટલે સુગંધીદાર અતરો બનાવી બનાવી ચીન વિગેરે દેશ પરદેશના મનુષ્યોને મધમધતા બનાવો છો; તેમજ મનુષ્યોમાં મનુષ્યત્વ શોભાવવા ધર્મ કર્મ રૂપી પુણ્યો ( સુગંધ ) ધર્મભિમાંસા-નિત્યકર્મ દ્વારા પ્રસિધ્ધ કરી પોતાના ધનને પવિત્ર કરવા. શાસ્ત્ર સદ્ગુરુ રૂપની સેવા બળતી છે. એવી અહોનિશ આપની તથા આપણા કુટુંબ વર્ગની તથા જ્ઞાતિ અને સ્નેહી મંડળ તથા સત્સંગ મંડળ અને બધાજન મંડળની સદૃષ્ટિ અખંડિત રહો એવું પરમ દયાળુ પરમાત્મા પાસે ચાચુ છું.

જીવને મનુષ્ય જન્મ ધારણ કરી દયા, દાન દિનતા એજ ધર્મ પ્રતિપાદન કરવાનો છે. મનુષ્યોએ સર્વ પ્રાણી ઉપર દયા રાખવી, દાન દેવું અને નમ્રતા રાખી અહં મમત્વનો ત્યાગ કરવો.

કાયા, વાણી અને મન વડે મનુષ્યને ઘણાં દાન કરવાના છે. તેમાં અન્ન ને જળનું દાન શ્રેષ્ઠ ગણાય છે. તે કરતાં પણ અધિક જ્ઞાન દાન છે. શાસ્ત્ર વચનો દ્વારા જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે, માટે શાસ્ત્ર પ્રણીત વચનો સરળ ભાષામાં નાનાથી તે મોટા સુધી વાંચી શકે, અને સમજી શકે, એવાં પુસ્તકો છપાવી પ્રસિધ્ધ કરી પડત કિંમતે આપવામાં આવે તો લોકને લાભ થાય અને સાહિત્ય પણ સસ્તુ બને. એટલા માટે આપ જેવા પરાપકારી અને સાહિત્યના રસજ્ઞ જનોને હ્રદયર સદા સર્વદા પ્રસન્ન રહી પરમાર્થ બુદ્ધિ અને જ્ઞાન બકિતનો અલભ્ય લાભ પ્રાપ્ત કરાવો એવી નમ્રભાવે પ્રજા પ્રત્યે પ્રાર્થના છે.

લી. શ્રી. શ. ધ. રુ. ઉ. હરિપ્રસાદના શુભ આશિર્વાદ.

---

મુમુક્ષુઓ માટે અમૂલ્ય તક શુકાચાર્યના સિદ્ધાંત જુઓ.  
 “ શ્રી ત્રોત્રિય બ્રહ્મનિષ્ઠ, શ્રી સદ્ગુરુ શુકાચાર્ય મહારાજ  
 શ્રીની આજ્ઞાથી ”

જનમંડળમાં ધર્મ નીતિ, જ્ઞાન બકિત, વૈરાગ્ય યુક્ત, વ્યવહારિક  
 સદ્ગોષ્ઠ પ્રાપ્ત કરાવનાર નિરંતર જપ્તોગી.

**શ્રી શુક લીલામૃત માસિક.**

થોડાજ વખતમાં છપાવી બહાર પાડવા વિચાર છે.  
 વાર્ષિક લવાજમ રૂ. બે. ટપાલ ખર્ચ સાથે  
 વહેલા તે પહેલા નામ નોંધાવો.

શિરનામું-હરિપ્રસાદ બાળમુકુન્દ બટ્ટ. મુ. સુરત.  
 ઠે. હરિપુરા બવાનીનો વડ “સત્સંગ જીવન”

## શ્રી પ્રભુ પ્રાર્થના

હે ભગવન ! આપે શ્રી મુખેજ કહ્યું છે, કે:—

યદા યદા હિ ધર્મસ્ય ંસાનિભવતિ ભારત ।

અભ્યુત્થાનાય ધર્મસ્ય તદાત્માનં સુગમ્યહમ્ ॥

હે દયાળુ પ્રભો !!! આધુનિક સમયમાં કારમા વેગે મોહ માયાનું સૈન્ય પ્રખળ વેગથી સેનાન (અહંકાર) ની સરદારી નીચે પરિક્રમણુ કરી રહ્યું છે. આ ભૂમંડળપર તેની સત્તા સંપુર્ણ અંશે બ્રામ થઇ છે. તમે ગુણવાળો અંધકારમય કળિરાગ્ન આણુ પરમાણુથી તે દશે દિશામાં સામ્રાજ્ય ભોગવતા પોતાનું પ્રચંડ બળ વાપરી રહ્યો છે; તેથી દશ લક્ષણયુક્ત જે ધર્મ તે ધર્મનો લોપ થતો જેવામાં આવેછે. ધર્મનાં જે દશ અંગ ધિરજ, ક્ષમા, દમ અસ્તેય શૌચ, ઇન્દ્રિય નિગ્રહ, ધી, (બુદ્ધિ) વિદ્યા સત્ય અને અક્રોધ. તેના ઉપર કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, મદ, મત્સર, ગર્વ, દર્પ મમતા માન વિગરે આંખ મીચી ચોગરદમ તુટી પડ્યા છે. આવા સંયોગોમાં સત્ય અને ધર્મ ઉપર વાદળાં છવાય તેમાં નવાઇ શું ? પણ હે દયાળુ જગન્નિયંતા ? તું ત્હારા પવિત્ર પ્રભાવ વડે આ સંકટોમાંથી અમને ઉગાર, બચાવ, ત્હારી સમીપ આવવા માર્ગ ખુલ્લો કરી આપ, વારંવાર ત્હારા ચર્ણુમાં પડી નમ્ર ભાવે વંદન કરીએ છીએ; અને યાત્રીએ છીએ કે અમને ઉત્તમ પ્રકારનું બુદ્ધિ બળ આપી ત્હારા પવિત્ર ધર્માચરણનું યથાર્થ જ્ઞાન આપ, અમારી દરેક ઇન્દ્રિયો અને મન વાણીમાં સત્ય ને ધર્મનું સત્ત્વર બળ લાવ, અમારી મૌનસિક, કાર્યિક વાચિક ક્રિયાએ વિમુક્ધ ભાવને પામે એવી દયા કર. હે અનાયના નાથ ! કદિપણુ

સત્યના વેશમાં અસત્ય, ધર્મના કાર્યમાં અધર્મ, સત્સંગમાં કુસંગ, જ્ઞાણતા અજ્ઞાણતા પેસી ના જાય એવી અમને બાળાઈ શક્તિ આપ. એસતાં, ઉઠતાં, ચાલતાં, હાલતાં, ડાલતાં, ઉંધતાં દરેક સમયમાં તું અમારું પાલન કર. હે દીન બન્ધુ ! હે કૃપા સિંધુ ! આવા વિકટ સમયે તું બચારે આડા કાન કરી ઉભો રહિશ, ત્યારે અમારું એલી કાણુ થશે ? અમારા સર્વ દુર્ગુણ વિસારી તું ત્યારા બિરદ સાચું જો. તું તો પતિત પાવન છે. અમે પૂર્ણ શ્રદ્ધાએ શ્રવણ કર્યું છે કે:—આ ભારત ભૂમિમાં નિરંતર ત્યારી પ્રીતિ છવાઈ રહી છે એટલું જ નહિ, પણ આ ત્યારિજ પવિત્ર અવતરણિય ભુમિ છે. તે હિંદને હિંદના ધર્મને હેડે ધર્યાં છે. તે શું આ સમયે વિસરી જઈ શકે ! શું ત્યારાં પ્રિય બાલુકાંને ધર્મહિણ, જ્ઞાનહિણ, રખડતાં રઝળતાં અચડાતાં કુટાતાં અધર્મમાં પ્રવેશ કરતાં, નાસ્તિક રૂપમાં બળતાં શું તું મુગ્ધ બાવે જોઈ રહીશ ? નહિ, નહિ. એમ તું જોઈ રહે તેમ નથી. પણ અમારા મદોન્મત ગર્વને હણવા આ ત્યારિ લીલા હશે ! પરંતુ હવે દયા કરી મનુષ્ય માત્રમાં એક્ય બાવ પ્રકટાવી ધમ નીતિ ના પંથે વાળી લે એવી અમારી નમ્ર પ્રાર્થના છે.

ૐ શાન્તિ, શાન્તિ: શાન્તિ: હરિ: ૐ શાન્તિ:



[१२]

## भगवत्पायरण्य

॥ श्री गणेशाय नमः ॥

ॐ वक्तुं भद्राकारं कौटिल्यं सूर्यं समं प्रभो ।  
 निर्विघ्नं कुरु मे देव सर्वं कार्यं सर्वदा ॥ १॥  
 अथाऽऽमृतं प्राप्नुयान् व्याप्तं येन यथायथम् ।  
 तत्पदं ददितुं येन तस्मै श्री गुरुवे नमः ॥ २॥  
 अज्ञानादभिप्रायस्य ज्ञानांजनसत्ताकया ।  
 यत्पुनश्चिन्तितं येन तस्मै श्री गुरुवे नमः ॥ ३॥  
 त्वं पिता त्वं य मे माता त्वं यं धु स्त्वं य देवता ।  
 संसारं प्राप्तिं नृणां य तस्मै श्री गुरुवे नमः ॥ ४॥  
 न गुरो रधिकं तत्त्वं न गुरो रधिकं तपः ।  
 तत्त्वज्ञानात्परं नास्ति तस्मै श्री गुरुवे नमः ॥ ५॥  
 भन्नाथ श्री गणेशाय भद्रं गुरुः श्री गणेशगुरुः ।  
 स्वात्मैव सर्वं ज्ञाता तस्मै श्री गुरुवे नमः ॥ ६॥  
 गुरुपादोदकं पानं गुरोरुच्छिष्टं भोजनम्  
 गुरुभूतेः सदा ध्यानं गुरु स्तोत्रं सदा जपः ॥ ७॥  
 क्वाहं भद्रं मतिः क्वेहं भयं क्षीरवारिधेः ।  
 किं तत्र परमाद्यं वै यत्र भगवति भद्रं ॥ ८॥  
 भूकं करोति पायाद्यं पशुं लभयते गिरिम् ।  
 यत्कृपा तमहं वदे परमाहं माधवम् ॥ ९॥  
 आपन्नोऽस्मि शः पः ॥ इस्मि सर्वावरयोऽस्मि सर्वदा ।  
 भगवं स्त्वां प्रपन्नोऽस्मि रक्ष मां शरणागतम् ॥ १०॥

શ્રી પરમાત્મને નમઃ

સનાતન ધર્મનું પાલન કરવા સનાતની બંધુઓએ  
અવશ્ય નીચેના નિત્ય નિયમો પાળવા:-

(૧) ઇશ્વર સર્વવ્યાપક-સર્વેશ્વર-સર્વાંતર્યામી છે એવો દૃઢ નિશ્ચય રાખી સાકાર નિરાકારના વાદવિવાદમાં ઉતરવું નહિ.

(૨) શબ્દસ્વરૂપ પ્રભુવમૂર્તિ શ્રોતસ્માર્તસનાતનવૈદિકધર્મના પ્રચારક સર્વના હિતોપદેશી શ્રી સદ્ગુરુ શ્રી શુકદેવજી રૂપિ મુનિઓમાં શ્રેષ્ઠ પદે વિરાજમાન છે. અને તેમનો ઉપદેશ સર્વને હિતકારી છે. માટે શબ્દબ્રહ્મ પરમગુરુ તેજ છે.

(૩) શ્રોત્રિય બ્રહ્મનિષ્ઠ બ્રહ્મ તનુગ્તે હોય તો તેમનો સનાતન સદ્ગુરુપદનો અધિકાર છે, અને તેવા પરમ મંત્રસાધ્ય, કર્મકોપાસના જ્ઞાનસંયુક્ત અનુભવીને ગુરુ કરી દિક્ષા લેવી, પણ મતવાદી કે ખંડનમંડનમાં ગુંથાયેલા પાસે દિક્ષા લેવી ના જોઈએ. કેવળ અનાત્મ આત્માના મથાર્ય જ્ઞાનપૂર્વક અભેદવાદીજી હોય તેવા સદ્ગુરુ કલ્યાણદાતા છે.

(૪) પરમાત્મા સર્વ મનોરથ પૂર્ણ કર્તા છે; એવો દૃઢ નિશ્ચય રાખી ઢોંગી ધૂતારાઓના વચનથી ફસાવું નહિ; તેમજ કોઈ ચમત્કારથી ભોભાવું પણ નહિ.

(૫) બ્રહ્મ એકજ છે અને શક્તિ, સૂર્ય, ગણપતિ, વિષ્ણુ, શંકર વિગેરે સર્વે બ્રહ્મની મૂર્તિ છે; પણ તે જૂદા છે એમ કદી માનવું નહિ. કારણ સર્વશક્તિમાન પ્રભુએ કારણકાર્ય માટેજ તેવાં તેવાં રૂપ ધારણ કર્યાં છે. (ખાંડ એકજ છે માત્ર તેનાં રમકડાં જૂદાં દેખાય છે છતાં રમકડાં ખાંડમયજ છે.) માટે તે સાક્ષાત્ ઇશ્વર રૂપ બ્રહ્મજ છે.



(૬) બ્રાહ્મણ, સંત વિગેરે સત્પાત્રોને પરમેશ્વરનું સ્વરૂપ જાણી શકિત પ્રમાણે તેમની સેવાકરવી. તે શ્રાપ આપશે કે અનુગ્રહ કરશે એવો જરા ભય કે લોભ રાખવો નહિ, કારણકે દયાળુ પ્રભુ કોઇનું બગાડતાજ નથી, અને સુખ દુઃખ પોતાના કર્મથીજ ઉદ્ભવે છે.

(૭) સંસાર મિથ્યા અને નાશવંત છે, એવો દૃઢ નિશ્ચય કરી વહેમોને, સંસારોને દૂર કરવા પણ કુતકોની આંતિમાં પડવું નહિ.

(૮) શ્રી સદ્ગુરુએ આપેલા ગુરુમંત્રનો જાપ જરા પણ વિસારવો નહિ, તથા પાંચ તત્ત્વમાં સર્વ બ્રહ્માંડ આવી ગયું છે, એમ જાણી એજ મંત્રતારક અને સર્વોપરી છે, એવો દૃઢ વિશ્વાસ રાખી અર્થ પૂર્વક પ્રેમથી જાપ કરવો.

(૯) કોઇની નિંદા કરવી નહિ, તેમજ કોઇનો તિરસ્કાર કરવો નહિ, અને કોઇ સાથે વૈર રાખવું નહિ, પરંતુ સર્વવ્યાપી પ્રેમમય જીવન માળવું.

(૧૦) ચોરી, જરી, હિંસા, અસત્ય, અને મદ્યપાનાદિ વ્યસન કરવાં નહિ, તથા એ પાંચ અવગુણવાળા પ્રાણીનો સંમ પણ કરવો નહિ.

(૧૧) આત્મા સત્ય છે અને નિત્ય છે, શરીર આદિ જગત મિથ્યા છે અને અનિત્ય છે, હું પૂર્વકર્મના સંબંધથી મિથ્યા જગત જોડે જોડાયો હતો તે હવે શ્રીગુરુ કૃપાથી સાધન સંપન્ન થઇ, પારમાર્થી કર્મ, શુદ્ધ ઉપાસના અને વિશુદ્ધ જ્ઞાનવડે મુક્ત થયો છું, એમ માની, નિરંતર શ્રવણ અને મનના નિદિધ્યાસ રાખતા રહેવું.

(૧૨) નિત્ય સત્સંગ તથા શાસ્ત્ર એટલે ગીતા, ભાગવત, તુલસીકૃત રામાયણ, અધ્યાત્મ રામાયણ, વિગેરે પાઠ, સ્તુતિનો દૃઢ અભ્યાસ રાખવો.

(૧૩) સંપૂર્ણ અને ત્યાં સુધી શુદ્ધતા રાખવી અને વર્ણાશ્રમના ભોગો યથાશક્તિ પાળવા.

(૧૪) વિવેક, વૈરાગ્યાદિ સાધનો મારામાં કેટલાં છે અને કેટલાં પૂર્ય છે તેનો અને પ્રભુ કે સદ્ગુરુ પ્રસન્ન થાય એવાં મેં કેટલાં કામ કર્યાં અને ગેરવ્યાજબી (અસત્ય) કેટલાં કર્યાં તેનો દરરોજ સવા-માં ઉઠતાં અને સાંજે સૂતી વખતે વિચાર કરવો. અને સત્ય કમ રવા સંકલ્પ કરવો.

(૧૫) માયા મહા પ્રબળ હોવાથી તેમાંથી છુટવું અત્યંત કઠણ છે, એમ જાણી જીવપણાની કંજુસાધ અને સંકોચ છુટવા માટે નેરંતર પરમાર્થ, દાન, પુણ્ય, કરવાં અને ઇશ્વર પ્રિત્યર્થે વરસ દિવ-માં થોડા દિવસ તીથવાસ અથવા એકાન્તવાસ કરી શાસ્ત્રયુક્ત પાત્મ ચિન્તનમાં વિચારવંત થવું.

(૧૬) દરરોજ પ્રાતઃકાળે નિત્ય કર્મ, યોગ, બજન, સેવાપાઠ ? અને તે કરવું; પોતાનું કલ્યાણ ઇચ્છનાર મુમુક્ષુ ગુરુમુખી મનુષ્યે ૥ભ્રમુર્ત્ત (સૂર્યોદય થતા પહેલાં બેચાર ઘડી)માં જિજ્ઞાસામાંથી ઉઠી પા ધોઈ કોમળા કરી શાંત પણે બેસી શ્રીહરિ સ્મરણ કરવું.

હરેરામ, હરેરામ, હરેરામ, હરેહરે !! હરેકૃષ્ણ, હરેકૃષ્ણ, હરેકૃષ્ણ હરેહરે !! એમ દશ વાર બોલી પોતાના બેઉ હાથની હથેલી જોડીને નીચલા શ્લોકથી પ્રાર્થના કરવી.

શ્લોક—સમુદ્રવસને દેવિ પર્વતસ્તનમંડલે ।

વિષ્ણુપત્નિ નમસ્તુભ્યં પાદસ્પર્શં ક્ષમસ્વ મે ॥

પછી પ્રાતઃસ્મરણનો શ્લોક નીચે પ્રમાણે બોલવો:—

શ્લોક—પ્રાતઃસ્મરામિ ભવભીતિહરં મહેશં ।

ગંગાધરં વૃષભવાહનમંબિકેશમ્ ॥

અદ્વાંગ શૂલવરદા ભયહસ્તમીશં ।

સ સારરંગહરમૌષધ મદ્વિતીયમ્ ॥ ૧ ॥

શાંતાકારં ભુજગશયનં, પદ્મનાભં સુરેશંમ્ ।

વિશ્વાધારં ગગનસદૃશં મેઘવર્ણું શુભાંગમ્ ॥

લક્ષ્મીકાન્તં કમલનયનં, યોગિભિધ્યાનગમ્યમ્ ।

વદે વિષ્ણું ભવભયહરં, સર્વલોકૈકનાથમ્ ॥ ૨ ॥

પછી શૌચ. (ગજર્શં જવું) કરવા જવું અને ત્યાં જમણા હાથે પાણીનું પાત્ર મૂકી મૌનપણે મળમૂત્રનો ત્યાગ કરવો. પછી જળ અને મૃતિકા લઈ હાથ પગ ધોવા. અને પવિત્ર જળથી બાર કાગળા કરી એક સ્થાન પર બેસી દાતણ કરવું; દાતણ કરતાં કરતાં ચાલવું નહિ અને વાતો કરવી નહિ. બરાબર મોઢું ધોઈ સૂર્યનારાયણને નમસ્કાર કર્યા પછી સ્નાન કરવું.

## સ્નાન વિધિ

સ્નાન માટે ગંડુ અગર વાસી જળ વાપરવું નહિ. અને ત્યાં સુધી ઠંડા જળથી સ્નાન કરવું. જળનું પાત્ર જમણી બાજુ રાખવું અને જળના મંત્રનો સોળ વખત ઉચ્ચાર કરવો. વં વરૂણાયનમઃ સોળવાર બોલી જવું પછી સ્નાનનો સંકલ્પ કરવો.

સંકલ્પ—અત્રાધિ મહામાંગલ્યદ્વળપ્રદઅમુક માસે (જે માસ હોય તે) અમુક પક્ષે (જે પક્ષ હોય તે) અમુક તિથિ (જે તિથિ હોય તે) અમુક વાસરે,

(જે વાર હોય તે) મમ શરીર શુદ્ધ્યર્થે પ્રાતઃસ્નાનમ્ અહં કરિષ્યે. પછી જળમાં તીર્થોની ભાવના કરવી અને શ્લોક બોલવો.

શ્લોક—પુષ્કરાધાનિ તીર્થાનિ, ગંગાધાઃ સરિતસ્તથા ॥  
આગચ્છન્તુ પવિત્રાણિ સ્નાનકાલે સદા મમ ॥ ૧ ॥  
ગંગે ચ યમુને ચૈવ, ગાદાવરી સરસ્વતિ ॥  
નર્મદે સિંધો કાવેરી, જલેઽસ્મિન્ સન્નિધિં હૃદ્ ॥

પછી બરોબર સ્નાન કરી શુદ્ધ ધોયેલા રૂમાલથી સરીર લુછી, ધોયેલુ શુદ્ધ વસ્ત્ર પહેરી એકાન્ત શુદ્ધ જ્યાં દરરોજ નિલકર્મ કરવાની જગ્યા હોય ત્યાં પૂર્વ અથવા ઉત્તર તરફ મુખ રાખી હર્ષ, કામળ, હલન કે પવિત્ર આસન ઉપર બેસવું.

(પંચપાત્ર, ત્રિભાણી, આચમની, દીવી, દીવાસળીની પેટી, ચંદન, પુષ્પ, બસ્મ, માળા, ધૂપ, દેવમૂર્તિ અગર ઇષ્ટ દેવની કે શ્રી સદ્ગુરુની છાત્રી આ બધું પાસે તૈયાર રાખવું)

નિત્ય નિયમનું કાર્ય શરૂ કર્યા પહેલાં તેમાં અધ્યાને કેળવેલી જોડાએ એવો ઉત્તરિતો નિયમ છે કારણ કે અધ્યા સકળ સુખ મૂળ છે, અધ્યા વિના બધું મૂળ છે."

ઉપર પ્રમાણે તૈયાર થયા પછી સ્વસ્થ ચિત્તથી મનને પૂછવું કે હું કોણ છું ? અને મારું કર્તવ્ય શું છે ? તેના જવાબમાં વિચારવું કે

(૧) જે આર્યોના પવિત્ર અને સાદા જીવનની સુગંધ અધ્યાપિ પર્વત સમસ્ત દુનિઆના તત્ત્વેત્તાઓને આનંદ આપી રહી છે; જેઓના સંતોષ અને સદાચરણ અનુકરણ કરનારને અધ્યાપિ પર્વત રૂળ આપી રહ્યાં છે; જેઓના લખેલા સદ્ગ્રંથોનો વાસ્તો દુનિયા હૃદય

સુધી ભોગવી રહી છે;—તે સમર્થ આર્યોમાંના એકનો હું બાળક છઉં—  
માટે પામરપણું અને છાજતું નથી—સિંહના બચ્ચાં સિંહ હોવાં જોઇએ.

(૨) જે ધર્મમાં રામકૃષ્ણાદિ નામ ધારણ કરીને સાક્ષાત્  
ધર્મવરે અવતાર લીધા છે, જે ધર્મમાં વેદ, ઉપનિષદો, ગીતા, પુરાણો,  
અને સ્મૃતિઓ આદિ અખૂટ જ્ઞાનધન છે, અને જે ધર્મના શિક્ષણ  
માટે શ્રીમદ્ જગદ્ગુરુ આદ્ય શંકરાચાર્ય, શ્રીમદ્ વલ્લભાચાર્ય  
શ્રીમદ્ રામાનુજાચાર્ય, સ્વામી શ્રી સદ્ગુરુનંદન, ભક્તરાજ, કૃપીર  
મહાત્મા તુલસીદાસજી, નરસિંહમહેતા, તુકારામજી, મીરાં,  
મહાત્મા રામકૃષ્ણ પરમહંસ, સ્વામી રામતીર્થ, સ્વામી વિવેકાનંદજી  
આદિ સમર્થ ધર્મીઓ અને સંત મહાત્માઓ લીલાતનુ ધારણ કરી  
મયા છે. તે સનાતન ધર્મનો હું એક અનુયાયી છઉં, માટે નાસ્તિકતા  
મને ધટતી નથી.

(૩) પ્રજુના નામ સિવાય કોઇ અમર નથી. આ મારો દેહ  
પણ એકવાર પડવાનો છે, અને તેની સાથે આજે મારું મારું દેખાય  
છે તે પણ ફના થવાનું છે. માટે મારે દેહના સુખના કરતાં આત્મિક  
સુખમાં વધારે પ્રયત્ન કરવો જોઇએ. હું અંદરથી બોલું છઉં તે  
એતન્ય સ્વરૂપ છઉં. આજસ, અનીતિ, અને એશચારામ આલોક અને  
પરલોક જગાડનારાં છે. (જેવી બાવના તેવું ફળ સમજી બાવના ઉત્તમ  
કરવી જોઇએ) એવો નિશ્ચય કર્યા પછી શુદ્ધ બ્રહ્માત્મી પવિત્ર  
નિત્યકર્મ કરવા માંડવું.

### — સંક્યોપાસના —

ભસ્મ—તિલક ધારણ ત્રિધિ.

પ્રથમ ડાયા હાથમાં ભસ્મ અથવા ગોપીચંદન લઇ જમણે  
હાથે જળી મૂકી મંદન કરવું.

મંત્ર—અગ્નિરિતિ ભસ્મ, વાયુરિતિ ભસ્મ, જલમિતિ ભસ્મ, સ્થલમિતિ ભસ્મ, સર્વજ્ઞવાઈ ભસ્મ મન એતાની ચક્ષુષિ ભસ્માની ॥

એ મંત્રથી મર્દન કરી બન્ને હાથ વડે, લલાટે, હૃદયે, કંઠે, બાહુ, (હાથે) કુક્ષી (કુખે) વિગેરે ભસ્મ ધારણ કરવી. પછી

### શિખા બંધનમ્

શ્લોક—ચિદ્રુપાણિ મહામાયે, દિવ્યતેજઃ સમન્વિતે ।

તિષ્ઠ દૈવ શિખાબંધે, તેજો વૃદ્ધિં કુરુષ્વમે ॥

એ મંત્ર બણી ચોટલીની ગાંઠ વાળવી.

(ભસ્મ ધારણમાં અને શિખાબંધનમાં ઉપરનાં મંત્ર મોઢે ન થાય ત્યાં સુધી ઓં નમઃ શિવાય અગર શ્રી કૃષ્ણાયનમઃ અગર શ્રી રામાય નમઃ એ મંત્રોનું ઉચ્ચારણ કરવું) પછી આયમનીમાં પાણી લઈ હાથ ધોવા અને તે પછી આયમન કરવા. હાથ લોહવા ખબા ઉપર પવિત્ર રમાલ (કુવાલ) પ્રથમથી રાખવો.

આયમનવિધિ—જમણા હાથમાં જળ લઈ કૈશવાયનમઃ —નારાયણાય નમઃ માધવાય નમઃ એમ ત્રણ વાર આયમન કરવું પછી જમણે હાથ ધોઈ નાંખવો. પછી પ્રાણાયામ કરવો. અગર ૮-૧૦ સ્વાસ પ્રસ્વાસથી ચિત્ત વૃત્તિ શાંત કરવી. (પ્રાણાયામ કરવો હોય તો ગુરુમંત્રથી અથવા દ્વાદશ અક્ષરમંત્રથી ડાબા નાક તરફથી શક્તિ પ્રમાણે પ્રાણ ચઢાવવો. પછી નાકના બન્ને છીદ્ર બંધ કરી રાખવાં અને જમણે પાસેથી હળવે હળવે પ્રાણ નીચે મૂકવો, એ પ્રમાણે પુરક કુંભક અને રેચક વડે ત્રણ પ્રાણાયામ કરવા. પછી જમણા

હાથથી ત્રાંત્ર વડે નારિંકા, નેત્ર, કાન, નાભિ, હૃદય, કંઠ મુખ, વિગેરે સ્થાને સ્પર્શ કરવો.

મંત્ર-ત્રિણ્યુ ત્રિણ્યુઃ વાગ્ વાક્, પ્રાણુઃ પ્રાણુઃ ચક્ષુઃ શ્ચક્ષુઃ શ્રોત્રં શ્રોત્રં, નાભિઃ હૃદયં, કંઠં મુખં શિરઃ શિખા આહુભ્યાં યશોભલાં. ॥

પછી ડાબા હાથમાં જળ લઈ જમણા હાથે આસન ઉપર અને શરીર ઉપર નીચેનો શ્લોક બોલી જળ છાંટવું.

શ્લોક—અપવિત્રઃ પવિત્રો વા સર્વાવસ્થાં ગતોપિ વા ।

યઃ સ્મરેત્ પુંડરીકાક્ષં સખ્યાદ્યાચ્યંતરઃ શુચિઃ ॥

પછી—સંકલ્પ કરવો.

અત્રાદ્ય મહામાંગલ્ય ફલપદ, અમુક માસે, અમુક પક્ષે અમુક તિથિ, અમુક વાસરે, શુભ નક્ષત્રે, શુભ સુરિધતે ચંદ્રે શુભ પુણ્ય તિથિ, મમોપાત દુરિતક્ષય દ્વારાશ્રી પરમેશ્વર પ્રિત્યર્થે પ્રાતઃસંકલ્પોપાસન મહં કરિષ્યે ॥

પછી ન્યાસ કરવા. જમણા હાથે નીચે પ્રમાણે સ્પર્શ કરતા જણું.

નંપાદાભ્યાં નમઃ (પગને) મેં જનુભ્યાં નમઃ (જાંઘને) બં કટિભ્યાં નમઃ (કેડે) ગં નાભ્યે નમઃ (ડુંડી) વં હૃદયાય નમઃ (હૃદયે) તેં આહુભ્યાં નમઃ (હાથે) વં કંઠાય નમઃ (કંઠે) સું મુખાય નમઃ (મુખે) રં નેત્રાય નમઃ (નેત્રે) વાં લલાટાય નમઃ (કપાળે) યં મૂર્ધ્ને નમઃ (બે આંખો વચ્ચે) નમો ભગવતે વાસુદેવાય નમઃ સર્વાંગે. પછી આસન ઉપર બેઠાં બેઠાં સૂર્યનારાયણુ ભગવાનની ભાવના કરી પ્રાર્થના કરવી.

શ્લોક—ધ્યેયઃ સદા સવિતુ મંડલમધ્યવર્તી નારાયણુઃ

સરસિજસન સન્નિવિષ્ટઃ ॥

કેયૂરવાન્મકર કુંડલવાન્કિરીટી હારીહિરણ્મય

વપુધૃત શંખચક્રઃ ॥

પછી ચંદન, પુષ્પ લઈ સૂર્યનારાયણનું પૂજન કરવું.  
સૂર્યમંડલસ્થિત પુરૂષોત્તમાયનમઃ ॥ સર્વોપચારાર્થે ગંધાક્ષત પુષ્પ  
સમર્પયામી. ચંદનને પુષ્પ લઈ અક્ષત્વરૂપી સૂર્યને અર્પણ કરવું.

પછી નીચેનો મંત્ર બોલી અર્ધપાત્રમાં જલ, ચંદન, પુષ્પ લઈ  
ઉભા થઈ તરબાણામાં ત્રણવાર અર્ધ આપવા. ત્રણે વખત આ  
શ્લોક બોલવો.

નમો વિવસ્વતે તુભ્યં ભારતેત્રિષ્વતેજસે ॥

નમઃ સવિત્રે શુચયે સવિત્રે કર્મદાયિને । શ્રીસૂર્યનારાયણ  
યનમઃ એષ તેડ્ધ્યઃ ।

પછી નમોભગવતે વાસુદેવાય એ મંત્ર બણી પોતાની ચારે  
બાજુ જળ ફેરવવું, પછી હાથ ઉંચા કરી સૂર્યોપસ્થાન કરવું. તે  
વખતે નીચેનો શ્લોક બોલવો.

શ્લોક—નમોઽસ્ત્વનંતાય સહસ્રમૂર્તયે સહસ્રપાદાક્ષિ  
શિરોઽબ્જાહવે ॥

સહસ્રનામ્ને પુરૂષાયશાંધતે સહસ્રકોટિ યુગધારિણે નમઃ ॥

પછી પુષ્પ ચંદનવાળાં કરી વધાવી બાર નમસ્કાર કરવા.  
હાદશ નમસ્કાર—મિત્રાયનમઃ સ્વયેનમઃ સૂર્યાયનમઃ બ્રાહ્મણેનમઃ  
ખગાયનમઃ પૂષ્ણેનમઃ હિરણ્યગર્ભાયનમઃ મરિચયેનમઃ આદિત્યાયનમઃ  
સવિત્રેનમઃ અર્કાયનમઃ ભાસ્કરયનમઃ

એ પ્રમાણે નમસ્કાર કર્યા પછી પ્રાર્થના કરવી.

શ્લોક— નમઃ સવિત્રે જગદેક ચક્ષુસે,  
જગત્પ્રમુતિસ્થિતિનાશ હૃતવે ॥



ત્રયીમયાય ત્રિગુણાત્મધારિણે,  
વિરચીનારાયણ શંકરાત્મને ॥

પછી સ્થિર ચિત્તથી આસન ઉપર પદાસન અગર અનુકૂળ આવે તેવું આસન કરી ગાયત્રી મંત્ર અગર ગુરુમંત્ર અગર પંચાક્ષર કે હાદશાક્ષર મંત્રની એક, પાંચ કે દશ જોટલી બને તેટલી માળાને બાંધ કરી નીચે મુજબ સંકલ્પ સમાપ્ત કરવો.

સંકલ્પ:-અનેન યથાશક્તિ જપપૂર્વક પ્રાતઃસંધ્યાખ્યૈન કર્મણા શ્રી પરમેશ્વરઃ પ્રીયતાં નમમ્ ॥ વિષ્ણુવે નમો, વિષ્ણુવે નમો, વિષ્ણુવે નમઃ ॥

મધ્યાનહ સંધ્યા નિમિત્તે એક અર્ધ્ય વિશેષ આપવો. પછી-તિલાક, માળા ધારણ કરવાં અને દેવપૂજા હોય તો તે અગર છષ્ટ-દેવની કે સદ્ગુરુ મહારાજની છબી હોય તો તેવું પૂજન કરવું.

### — પૂજનવિધિ —

પંચાયતન દેવ હોય તો વિધિપૂર્વક પંચામૃતથી અગર સ્વચ્છ જળથી સ્નાન કરાવવું, છબી હોય તો તેને પોતાની સામે લુછીને પંધરાવવી. અને માનસિક પૂજન કરવું, તેમાં પ્રથમ દેવ અથવા છબીમાં પરિશ્રદ્ધા પરમાત્માના સ્વરૂપનું ધ્યાન કરવું.

ધ્યાન-શ્લોક—બ્રહ્માનંદં પરમસુખં કેવલં જ્ઞાનમૂર્તિમ્ ॥  
દ્વંદ્વાતીતં ગગનસદૃશં તત્ત્વમસ્યાદિલક્ષ્યમ્ ॥  
એકં નિત્યં વિમલમચલં સર્વધિસાક્ષિભૂતમ્ ।  
બાવાતીતં ત્રિગુણરહિતં સદ્ગુરુ તં નમામિ ॥

પછી માનસિક ભાવનાયુક્ત, આસન, પાદ, અર્ચન, આચમન, સ્નાન (દેવ સેવા એટલે પંચાયતન અગર વિષ્ણુ કે જે મૂર્તિ હોય તેને સ્નાન કરાવવું) યજ્ઞોપવિત (જનોઈ) વસ્ત્ર, વિગેરેની માનસિક ભાવના કરી અર્પણ કરવું. પછી ચંદન, પુષ્પ, ધુપ, દીપ કરી, નેવેશ કરાવી અને તો થાળ ગાવી.

થાળ.

રાગ આજ સ્યામ મોહીનીના.

જમોને જીવજીવાત હાલ, થાળ આ તૈયાર છે;  
ભાવના ભોજન કરી, જુઓને જુદી બહાર છે. જમો. ૨૬  
ન્હાવું ઘોવું નાથ નથી, પ્રેમી પીરસનાર છે,  
કોરે કોરે કોડે આજ્ઞા, કૃણ મેવા આહાર છે. જમો. ૧  
જમુનાં જળ ઝારી ભરી, પાન કરાવા પ્યાર છે,  
મુખવાસ મુખમાં મુકું, બીડી મહેદાર છે. જમો. ૨  
સયન કરાવું શેજ સ્યામ, હૃદય મોઝાર છે,  
ગમે તો પેઢો મનહિંદોળે, શાન્તિ જીવાવનાર છે. જમો. ૩  
શ્રી હરિ—હરિપ્રસાદ, આજ અરજદાર છે,  
અરજ સૂણી દો પ્રસાદી, પ્રેમીજન લેનાર છે. જમો. ૪

(પછી આરતીમાં બત્તી સળગાવી કિન્ના થઈ આરતી કરવી.)

આરતી

જયજય જ્યોતિ સ્વરૂપ, અખંડાનંદ સ્વામી, ગુરુ (૨)  
પીઠ બ્રહ્માંડે પ્રગટયા, (૨) બળવંત બહુ નામી. જય. ૧  
સર્વ બલ્લિવદમ્ બ્રહ્મ, અહં બ્રહ્માસ્મિ, ગુરુ (૨)  
તત્ત્વમસિ પદ પોતે, (૨) અયં આત્માબ્રહ્મ જય. ૨

હૃદયે-કહે-નેત્રે, બ્રહ્મ રંધ્રે બાળુ, ગુરુ (૨)  
 અણુ અણુમાં વસીયા (૨) ગુરુ જ્ઞાને ન્યાળુ. જય. ૩  
 ધ્યાન, ધારણા, યોગ, સમાધિયે રમતા, ગુરુ (૨)  
 નિજરૂપ ભજનનાંદે, (૨) સ્વસ્વરૂપે સમતા. જય. ૪  
 પંચ ભૂત ઇંદ્રિયી પર. નહિ ચિત્તમાં આવો. ગુરુ (૨)  
 મન બુદ્ધિયી પાર, (૨) સોહમ સોહાવો. જય. ૫  
 અદ્વૈત અગોચર આપ, અવિનાશી કહાવો, ગુરુ (૨)  
 હરિપ્રસાદ હરિઆત્મા, (૨) ગુરુગાઠ લેઉં દહાવો. જય ૬

**શ્લોક—**કર્પૂર ગૌરં કરુણાવતારં, સંસારસારં ભુજગેન્દ્રહારં ।  
 સદા વસન્તં હૃદયાર વિન્દે, ભવંભવાની સહિતં નમામિ ॥  
 મંગલં ભગવાન્ વિષ્ણુઃ મંગલં ગરુડધ્વજઃ ।  
 મંગલં પુણ્ડરીકાક્ષો, મંગલાયતનં હરિઃ ॥  
 સર્વ મંગલ માંગલ્યે, શિવે સર્વાર્થસાધકે ।  
 શરણ્યે ત્ર્યંબકે ગૌરી, નારાયણી નમોસ્તુતે ॥

એટલું બોલી આરતી ઉપર ચંદનવાળું પુષ્પ ઉતારી પ્રભુને  
 અર્પણ કરવું, પછી આરતી લેવી અને હાથ ધોઈ નાંખી, પુષ્પ ચંદન  
 વાળુ કરી બન્ને હાથમાં ઝાલી રાખી મંત્ર પુષ્પાંજલિ કરવી.

**શ્લોક—**અસિતગિરિ સમં સ્યાત્કળજલં સિંધુપાત્રે ।  
 સુરતરુ વર શાખા લેખીની પત્રમુર્વી ॥  
 લિખતિ યદિ શૃણ્ણિત્વા શારદા સર્વ કાલં ।  
 તદપિ તવ ગુણનામીશપારં ન યાતિ ॥ ૧ ॥

એમ કરી પુષ્પાંજલિ અર્પણ કરવી પછી પ્રાર્થના કરવી.

**શ્લોક—**કરચરણકૃતં વા કાયજં કર્મજં વા

શ્વચણનયનંજં વા, માનસં વાપરાધમ્ ॥

વિહિતમવિહિતં વા, સર્વમેતત્ક્ષમસ્વ ।

જય જય કર્ણાબ્ધે, શ્રી મહાદેવ શંભો ॥

પ્રાર્થનાનો અર્થ—હે જગદેવ, હું ઇશ ! મેં હાથવડે, પગવડે, વાણીવડે, શરીરવડે, કર્મવડે, કાનવડે, નેત્રવડે, અંત મનવડે, જે કોઈ પણ અપરાધ કર્યો હોય, શાસ્ત્રથી વિહિત કે અવિહિત ગમે તેઓ હોય તો પણ હું કર્ણાબ્ધ સાગર હું પ્રભો ! એ સર્વ ક્ષમા કરો. આપની જયજય હો. આર્તનાદથી કરેલી મારી પ્રાર્થના સ્વિકારી બેશો. ॐ શાન્તિઃ આ પ્રમાણે પ્રાર્થના કર્યા પછી પાંચ મીનીટ પ્રશ્ન અને આત્માતું એકવ કરી શુદ્ધ કંઠ્યા સ્વરે નામિકમળથી નિર્વાણનાદ ગાવો.

—:નિર્વાણાષ્ટક:—

મનોબુદ્ધ્યહંકાર ચિત્તાનિનાહં, નયત્રોત્તરહં ન ચ દ્વાણુનેત્રે ।

ન ચ વ્યોમભૂમિર્ન તેજોનવાયુ, શિદ્ધાનંદરૂપઃ શિવોહંડશિવોહં ॥ ૧ ॥

ન ચ પ્રાણુગજો નવૈપચવાયુ, નૈવાસમધાતુ નૈવાપચકોશઃ ।

નવાક્રપાણીપાદં નયોપસ્થપાયુ, શિદ્ધાનંદરૂપઃ શિવોહંડશિવોહં ॥ ૨ ॥

નમેદેવરાગો નમેવોભયોદો, મદોનૈવમે નૈવ માત્સર્યભાવઃ ।

નધર્મો નચાર્યો નકામો નમોક્ષ, શિદ્ધાનંદરૂપઃ શિવોહં શિવોહં ॥ ૩ ॥

ન પુણ્યં નપાપં નસૌખ્યં નદુઃખં, નમત્રો નતિથ્યં નવેદાનયજ્ઞઃ ।

અહંભોજનં નૈવભોજયં નભોકતા, શિદ્ધાનંદરૂપઃ શિવોહંડશિવોહં ॥ ૪ ॥

નમૃત્યુ નશંકા નમેજ્ઞતિભેદ, પિતાનૈવમે નૈવમાતાંચ જન્મ ।

નબંધુ નમિત્રંશુર નૈવશિષ્ય, શિદ્ધાનંદરૂપઃ શિવોહંડશિવોહં ॥ ૫ ॥

અહં નિર્વિકલ્પી નિરાકારરૂપી, વિજીત્વાન્ય સર્વત્રસર્વેન્દ્રિયાશુભા  
 નચાસંગતં નૈવમુક્તિ નમૈય, શ્રિદાનંદરૂપઃ શિવોહંડશિવોહં ॥ ૬૥  
 હરિઃ ॐ શાન્તિ શાન્તિ શાન્તિ ॐ તત્સત્ પરમાત્મા સદ્ગુરુ બ્રહ્માપશુમસ્તુઃ

પછી વખત હોય વધુ ઇચ્છા હોય તો ગીતા, વિષ્ણુસહસ્ર  
 નામવત વિગેરેમાંથી પાઠ કરવો. અને સેવામાંથી પરવાર્યા પછી વૃદ્ધ  
 વડિલો ઘરમાં હોય તો તેમને પગે લાગવું, સુપાત્ર બ્રાહ્મણ, સંત,  
 સાધુ, મળી આવે તો તેઓનું પૂજન કરી પુણ્યદાન આપવું. પછી  
 પરમાત્માની (ધર્મની) આજ્ઞાનુસાર વ્યવહાર કાર્યમાં પ્રવૃત્ત થવું. પછી  
 મધ્યાહ્નકાળે અને તો સ્નાન કરી અગર હાથ પગ ધોઈ ધોયલું વસ્ત્ર  
 ખેરી ભોજન કરવું.

### :—ભોજન વિધિ:—

ભોજન કરવા બેસતાં જમણા હાથ તરફ પાણી પીવાનો ભોટો  
 અને પવાલુ સ્વચ્છ જળથી ભરી પાસે રાખવો, રસોઈ થયેલી હોય  
 તેમાંથી ભાત હોય તો તે અગર ચોખ્ખા ધોઈને ધી વાળા કરી  
 અગ્નિને ચૂલામાં કે સગડીમાંથી બહાર લઈ પવિત્ર જગ્યાપર સ્થાપવો.  
 ગૃહમંત્ર બણી અગ્નિ અને હોમવાના પદાર્થ ઉપર જળ છાંટવું.  
 પાંચ આહુતિઓ નીચેનો મંત્ર બણી આપવી.

બ્રાહ્મણે નમઃ પ્રજાપતયેનમઃ ગૃહાબ્યેનમઃ કરયપાયનમઃ અનુમતયેનમ

એ રીતે હોમ કરી રહ્યા પછી થાળમાં તુલસી પધરાવી દેવ  
 નેવેધ કરવું. રાધેલા અન્નમાંથી, ગોઆસ (ગાયનો ભાગ) શ્વેત્રા ભાગ  
 (કુતરાનો ભાગ) વાયસજત્રી (કાગડાનો ભાગ) કાઢી મુકવો, જમવાના  
 સમયમાં કોઈ ક્ષુધાર્થી (બૂખે પીડાતો) અતિથિ—અભ્યાગત આવી

મળે તો તેને ઉત્સાહપૂર્વક જમાડવો, ને તે અવ્યાગતને રાંધેલું અન્ન અપવું ન હોય તો તેને કોઈ અન્ન આપવું.

પછી પીરસાયેલા પાત્રને જળથી ગુરૂમંત્ર બણી પ્રોક્ષણ કરવું. અને જમણી બાજુ થાળી પાસે પાણી અંજલી ભરી લીટાની માફક કરી તે ઉપર ભાત અગર મીઠા વગરનું જે અન્ન હોય તેમાંથી ત્રણ નાની નાની ઢગલીઓ કરવી. ઢગલી કરતાં નીચે પ્રમાણે બોલવું.

બૂપતયે નમઃ બૂવનપતયે નમઃ બૂતાનાંપતયે નમઃ પછી આચમન લેઇ—

અન્ન બ્રહ્મરસો વિષ્ણુ, ભોક્તા દેવો મહેશ્વરઃ  
એવં ધ્યાત્વા દ્વિજે ભુક્તે, સોડન્નદોષૈર્નલિપ્યતે ॥

એમ કરી આચમન કરવું. પછી ધીવાળા ભાતના અગર અન્નના પાંચ ત્રાસ પાંચ પાંચ દાણા રહે એટલા રહે એટલા લેવા અને એક એક ત્રાસે નીચે પ્રમાણે બોલી મુખમાં મૂકવા.

પ્રાણાયનમઃ । અપાનાયનમઃ । વ્યાનાયનમઃ । સમાનાય નમઃ । ઉદાનાયનમઃ ।

આવા વગર કોણીઆ એમને એમ ગણી જવા. પછી ડાબા હાથની આંગળીએ બે આંખે જળ સ્પર્શ કરી ઇચ્છા પ્રમાણે ભોજન કરતાં કોષ્ટને અડકવું નહિ. ગુરૂ સિવાય કોષ્ટનું ઉચ્છિષ્ટ લેવું નહિ, કોષ્ટનું પીધેલું પાણી પીવું નહિ, મૌનવ્રતથી જમવા નિશ્ચય કરવો, છતાં બોલવું હોય તો યોગ્ય બોલવું પણ નિષિદ્ધ શબ્દો બોલવા નહિ. જમી રહ્યા પછી આચમન લેઇ હાથ મુખ ઘોઈ મુખ શુદ્ધિ માટે બાર કોગળા કરવા. દશવાર ભગવદ્ નામ સ્મરણ કરવું, અને પાન સોપારી લેવાં. સાંતિઃ

બ્રાહ્મણ, અતિથિ કે અવ્યાગત અને ધરમાં નાનાં બાળક હોય તો તેમનાં પહેલાં જમવું નહિ. પણ તેમને જમ્યાડી અગર જોડે બેસાડી તે જમે સારે જમવું. તેમ કાઠ પરાણા સગાસંબંધી આવ્યા હોય તો તેમને સાથે લેઈ જમવું.

મધ્યાન્હ પછી સાંજ સુધી ઉઘમ વ્યવહારનું કાર્ય વિગેરે સભ્યતાપૂર્વક કરવું, પણ નવરાશનો વખત હોય તો ઉત્તમ ધર્મનાં પુસ્તકો માંથી તત્ત્વ વિચાર કરવો સ્ત્રી, પુત્રવાળા ગૃહસ્થે નવરાશના વખતે સ્ત્રી, પુત્રને ગૃહસ્થાશ્રમના ધર્મ અને નીતિનો બોધ આપવો, સ્ત્રીરહિત હોય તેણે પુત્ર હોય તો ધર્મ શિક્ષણ આપવું પુત્ર ના હોય તો બ્રહ્મચર્ય અવસ્થા ધારણ કરી વાનપ્રસ્થની પેઠે આત્મ વિચાર કરવા પણ નકામો વખત મિથ્યા ટાપલાંમાં કાઢવો નહિ. નિરંતર પરાપકાર અને પારકાનું બલું ઇચ્છવું. પણ કોઈની નિંદામાં પડવું નહિ. ધર્મ, નીતિ અને સત્યની વાર્તાઓ બધાઓની પાસેથી સાંભળવી પણ કુચલી સાંભળવી નહિ.

## સાયંકાળ વિધિ

શ્લોક—દીપો જ્યોતિઃ, પરબ્રહ્મ દીપો જ્યોતિર્જનાર્દનઃ ।

દીપો હરતુમે પાપં, સધ્યા દીપ નમોસ્તુતે ॥

શુભં કરોતુ કલ્યાણમારોગ્યં સુખ સંપદં ।

શત્રુ બુદ્ધિવિનાશાય, દીપ જ્યોતિર્નમોસ્તુતે ॥

પછી ધરમાં પિતા માતા હોય તો નમસ્કાર કરવા. બન્ધુ કે મિત્ર હોય તો જયશ્રીકૃણુ. જયહરિ જે રીવાજ હોય તે પ્રમાણે કહેવું, બાળકોને આશીશ આપવી. પછી બને તો સ્નાન કરવું અગર હાથ

પમ ઘોષ કાજળા કરી એકાન્તમાં બેસી ઇષ્ટદેવતું સ્મરણ કરવું, એક બે માળા ફેરવવી. પછી જમતા હોય તો જમવું. જમી પાન સોપારી ખાતા હોય તો પાન સોપારી લેવાં. પછી સત્સંગ કથા કીર્તનમાં જ્યાં જતા હોય તે ત્યાં જવું. દેવમંદિર કે સત્સંગ જીવનમાં કથા થતી હોય ત્યાં કથાના વખત પહેલાં પાંચ દશ મીનીટ વહેંચા જવું. પવિત્ર સ્થાનમાં શ્રાતાઓ બેઠા હોય તેમને જય હરિ જય શ્રીકૃષ્ણ જય રામરામ જે પદ્ધતિ હોય તેમ સર્વને વંદન કરી બેસવું. યુવાનોએ વૃદ્ધોને વંદન કરવું, વૃદ્ધોએ યુવાનોને આશીર્વાદ દેવી. બેઠા બેઠા હરિસ્મરણ કરવું અને વક્તા (ગુરુ) પધારે ત્યારે સર્વે જણે ઉમા થઈ ઇંડવત્ પ્રણામ કરવા. તેમના બેઠા પછી બેસવું, પુસ્તકને પરમાત્મા સ્વરૂપ જાણી ધીરેથી પૂજન કરવું અને નીચેના શ્લોકો બોલવા.

શ્લોક—ગુરુબ્રહ્મા, ગુરુર્વિષ્ણુઃ ગુરુદેવો મહેશ્વરઃ ।  
 ગુરુરેવ પરબ્રહ્મ, તસ્મૈ શ્રીગુરુવે નમઃ ॥  
 શંકરં શંકરાચાર્ય, કેશવં આદિરાયણં ।  
 સૂત્ર ભાષ્યકૃતૌ વન્દે, ભગવન્તા પુનઃપુનઃ ॥  
 કસ્તૂરીતિલકં લલાટપટલે વક્ષઃસ્થલેકૌસ્તુભં ।  
 નાસાગ્રેવરમૈકિતકં કરતલે વેણુઃ કરે કંકણમ્ ॥  
 સર્વાંગે હરિચંદનં મુલલિતં કંઠે ચ મુકતાવલિ ।  
 ગોપચ્છીપરિવેષિતો વિજયતે ગોપાલ ચૂડામણિઃ ॥  
 નારાયણં નમસ્કૃત્ય, નરંચૈવ નરોત્તમમ્ ।  
 દેવીં સરસ્વતીં વ્યાસં, તતો જય મુદીરયેત્ ॥  
 શ્રી શુકં સુખદાતારં, ત્રાતારં ભવસાગરાત્ ।  
 સત્યપ્રકાશકર્તારં, શબ્દરૂપં નમામ્યહમ્ ॥



બ્રહ્માનંદં પરમસુખં, કેવલં જ્ઞાનમૂર્તિમ્ ।  
 દ્વંદ્વાતીતં ગગનસદૃશં, તત્ત્વમસ્યાદિ લક્ષ્યમ્ ॥  
 એકં નિત્યં વિમલમચલં, સર્વધી સાક્ષિભૂતં ।  
 ભાવાતીતં ત્રિગુણરહિતં, સદ્ગુણં તં નમામિ ॥  
 યત્રેવ ગંગાયમુન્ના ચ વેણી, ગોદાવરિ સિંધુ સરસ્વતીચ ।  
 સર્વાણિ તીર્થાણિ વસન્તિ યત્ર તત્રાન્યુતોદાર કથા પ્રસંગઃ ॥

એમ સર્વે જણે પૂજા કર્યા પછી સ્થિર ચિન્તે ભગવદનકતભાવથી કથા શ્રવણ કરવી. કથા શ્રવણ વખતે બરોબર શબ્દમાં લક્ષ રાખવું અર્થને પૂરેપૂરો સમજવો, શંકા હોય તો નમ્રતાથી પૂછવું અને યોગ્ય સમાધાન કરી લેવું. શાસ્ત્રના વચન ઉપર વિશ્વાસ રાખવો. શંકા સમાધાન ન થાય તો તેથી અકળાર્થ જવું નહિ પણ એમ જાણવું કે આજ નહિ કાલ અને કાલ નરિ તો કોઇ વખતે એ શંકા શ્રવણદ્વારા દૂર થશેજ થશે. પ્રેમ અને ભક્તિ વધારવી પણ કમી થવા દેવી નહિ. શાસ્ત્ર તો શુદ્ધ છે પરંતુ મનિન મનથી તે કદાપિ યથાર્થ ના પણ સમજાય અગર સમાધાન ના પણ થાય તેથી સત્શાસ્ત્રમાં ન્યુનતા નથી. કથા સમાપ્ત થાય એટલે અન્યુતં કેશવં કરી હરે રામ ! હરે રામ ! બોલ્યા પછી પરમાત્માની સ્તુતિનું નીચે પ્રમાણે પદ ગાવું.

— સ્તુતિ —

શ્રી રામચંદ્ર કૃપાળુ ભજ મન, હરણુ ભવભય દાણુમ,  
 નવકંઠ લોચન કંઠ મુખકર, કંઠ પદ કંઠશણુમ; ૧  
 કંદર્પ અગણિત અમિત છબી, નવનીલ નીરદ સુંદરમ,  
 પટપીત માનહુતડિત રચિસુચિ, નૌમિજનક સૂતાવરમ. ૨  
 શિર કિરીટ કુન્ડલ તિલક આરં, ઉદાર અંગ વિભૂષણુમ;  
 આબળુભૂજ શર્યાપધર, સંઆમળિત ખરદૂષણુમ. ૩

ભજ દીનઅન્ધુ દીનેશ દાનવ, દલન દુષ્ટ નિકંદનમ;  
રધુનંદ આનંદ કંદકોશલ, ચંદ દશરથનંદમ. ૪  
ધતિ વદતિ તુલસીદાસ શંકર, શૈષમુનિ મનરંજન;  
મમ હૃદય કંજ નિવાસ કુરે, કામાદિ ખત્તદલ ગંજન. ૫  
(શ્રી મહાત્મા ગોસ્વામી તુલસીદાસનું)

પછી નિર્વાણનાદનું સ્તવન કરવું અને જય બોલાવી પ્રભુ પ્રસાદ  
પરાવેશે હોય તો લઈ સમય હોય તો હરિકીર્તન કરવું અગર ધર  
જવું. ધર જમ સુતી વખતે દશ વાર હરે રામ! હરે રામ!  
હરે રામ હરે હરે; હરેકૃષ્ણ હરેકૃષ્ણ હરેકૃષ્ણ હરે હરે! એમ બોલી  
જ્ઞાત વૃત્તિથી નિંદ લેવી અને પ્રાતઃકાલે વહેલા ઉઠી નિત્યક્રમ કરવું.  
વિશેષમાં તીર્થસ્નાન, વ્રત ઉપનાસ વગેરે ઘણી શ્રદ્ધાથી કરવાં.  
એકાદશી પૂર્ણિમા, અષ્ટમી, શિવરાત્રી, નવરાત્રિ, ચતુર્થી વૃસંહ ચૈદશ  
વામનદ્વાદશી વિગેરે જરૂરી કરવાં, પરંતુ ઇંદ્રિયો અશકત હોય, અવસ્થા  
અધ હોય, વ્યાધિગ્રસ્ત શરીર હોય અને ના બને તેથી ઉદાસ અધ  
મુઝવણુ કરવી નહિ. સાત્વિક મીતાહાર કરવો અને વૃધ્ધોએ તથા  
વ્યાધિ ઝરનોએ તો બહુ ખાવું પણ નહિ, નેમ કોરોમોરો ઉપવાસ  
પણુ કરવો નહિ. સ્થિતિમાં શરીર હશે તો ઇશ્વર ભજન થશે માટે  
ભજન સાથે શરીર સ્થિત અને સ્થિર રાખવા યોગ્ય સેવન કરવું.  
ધતિ શાન્તિ !

## બાળોકોને હિતોપદેશ.

બાળક કે બાળકી પાંચ વર્ષની થાય ત્યાં સુધી માતાજિતાએ  
લાલન પાલન કરવું, પછી નિશાળે મૂકવાં. નિશાળેથી ઘેર આવે  
ત્યારે તેઓ થું બણ્યાં છે, થું શીખ્યાં છે, તેની તપાસ કરવી. તેમાં

બૂલચૂક રહેતી હોય તે સુધારવી, બધુતરમાં વધારે કરવો. પ્રથમથી ધર્મનીતિનાં આચરણ શીખવાડતા રહેવું. થોડો વખત ચોખ્ખો છોકરાં સાથે રમવા દેવાં, પણ સંભાળી દૂરાખવી. છોકરાઓને છોકરાં સાથે અને છોકરીઓને છોકરીઓ સાથે રમવા દેવી પણ છોકરીઓ સાથે છોકરાઓને કે છોકરાઓ સાથે છોકરીઓને રમવા દેવા નહિ. કારણ બન્નેનાં પરમાણું જૂઠાં હોય છે. ચાર વર્ષની ઉંમર થાય ત્યાં સુધી ઝાઝાં ધરેણું પહેરાવવાં નહિ, અને ખાવાપીવામાં લજ્યાવવાં નહિ. તેમજ બહુ ઝીણું વસ્ત્ર પહેરાવવાં નહિ. જેમ અને તેમ ખાદી, વિગેરેનાં વસ્ત્ર પહેરાવવાં જેવાં બાળકોની તન્દુરસ્તી સારી રહી અગરક્ષણ થાય. માદક, કેશી પદાર્થોનું સેવન કરાવવું નહિ. ચાહની ટેવ પાડવી નહિ. ચાહથી શરીરમાંનું લોહી બગડી શરીરનો રાગ વીર્ય નિર્જળ થાય છે અને જાંઘળી બરબાદ જાય છે. ધૌષ્ટિક પદાર્થો દૂધ સાકર વિગેરે આપવાં અગર સાત્ત્વિક અન્ન આપવું તે ધણુંજ ઉત્તમ છે. બાળકોને અયપણમાંથી સદ્ગુણ પ્રાપ્તિ કરાવવી જરૂરની છે. નાનું બ્રહ્મ હોય અને તેને વાળે તેમ વળે છે પણ મોટું થયા પછી વળતું નથી. નાનપણથી ધર્મનીતિ અને સત્ય તરફ વાળવાથી બાળક સત્ત્વરે વળે છે. થોડો થોડો વખત આચાર્ય શુદ્ધાના સંડેવાસમાં જવા દેવા અથવા જોડે તેડીને જવું, ધર્મરૂપી ધનની પ્રાપ્તિ કરાવવી, આર્થિક અને પારમાર્થિક બન્ને જ્ઞાન તરફ વાળવાં. શાસ્ત્રમાં પણ કહ્યું છે કે:-મનુષ્યે જન્મતાંજ ધર્મ, અર્થ, કામ અને મોક્ષ પ્રાપ્ત કરવા પુરુષાર્થ કરાવવો. આને ચતુર્વિધ પુરુષાર્થ કહેવાય છે. આ શરીર અને આ સંસાર ત્રિવર્ગ ક્ષેત્ર બણાય છે, માટે આલોક પરલોક પ્રાપ્તિ માટે વ્યહવારિક તથા ધાર્મિક કેળવણી અબ-ખણમાંથી અવશ્ય આપવી. ધર્મજ પરલોકમાં સાલક છે. ધર્મ કર્મ

અને સત્યથીજ ધર નામ પૃથ્વી શોભે છે. તેટલા સાથે બાળકો (છોકરાઓ)ની પચીસ વર્ષની ઉમ્મર સુધી લગ્ન કરવાં નહિ; અને બાળકીઓ (છોકરીઓ)ની ૧૧-૧૨ની ઉમ્મર સુધી લગ્ન કરવાં નહિ. તે છતાં, લગ્ન વહેલાં કરવામાં આવે તોય છોકરીઓને શુક્રાળ પ્રાપ્ત થયા સિવાય ઝેટલે સોળ વર્ષની ઉમ્મર થયા સિવાય સાસરે નહિ મોકલતાં માનપિતાએ ધાર્મિક ગૃહસ્થાશ્રમ ધર્મનું શિક્ષણ આપવું. સાસુસસરાએ પોતાના પુત્રના હિનાર્યે વહુને પુત્રી પ્રમાણે ગણી, ધાર્મિક ગૃહસ્થાશ્રમની કેળવણી આપવા ચૂકવું નહિ જોઈએ. પુત્રને પચીસ વર્ષ સુધી અને પુત્રીને સોળ વર્ષ સુધી ગૃહસ્થાશ્રમ ઝેટલે પતિપત્ની તરીકે નહિ પણ પૂર્ણ ગૃહસ્થાશ્રમના ધર્મ અને નિત્ય નૈમિત્તિક કર્મ સાથે મોક્ષ પ્રાપ્તિની વિદ્યા તથા આર્થિક સુખનું જ્ઞાન મેળવવા પ્રયત્નશીલ કરવાં. નિશાળમાં, ગુરુકુળમાં અને થોડો થોડો વખત અવકાશે, ઔત્રિય (સાંજને બણવાવાળા) બ્રહ્મનિષ્ઠ (બ્રહ્મપદના જ્ઞાનવાળા અને તેમાં નિષ્ઠાવાળા) સદ્ગુરૂના સહેવાસમાં વખત ગાળતાં શિખવાડવું જોઈએ. મનુષ્ય જન્મની પ્રાપ્તિ પેટભરી વિષયભોગ ભોગવવા નથી પણ સ્વરૂપ જાણવા માટે છે. મનુષ્યપોષિમાં પુરૂષ અને સ્ત્રી અવતાર ધારણ કરી અવસર ચુકે તે સાવધાનપણું નહિ રાખતાં ગદ્ગત રાખે, અને આળસ કરે, તે મહા કષ્ટદાયક જન્મમરણના ફેરામાં પડી વારંવાર દુઃખી થાય છે. માટે “સમય વર્તે સાવધાન” થઈ શ્રી સદ્ગુરૂ શરણુ જઈ ઉત્તમોત્તમ ધર્માચરણુ ને સત્ય જાણવા, પરમજ્ઞાનવાન ગુરૂની શોધ કરવી અને પુત્રો કે પુત્રીઓને તે માર્ગે બતાવવાં. શુદ્ધ ઐત સ્માર્ત સનાતન વૈદિક ધર્મના જાણનારા ધર્મીયાર્યો જે બ્રહ્મપદમાં સ્થિત હોય, સ્વાર્થ પ્રપંચથી રહિત હોય,

નિરામાની, અક્રોધી, નિર્લોભી, નિર્મોહી, નિષ્કામી, યવિત્ર આચાર-વિચારમાં પ્રવિણ હોય તેઓની પાસે વિનયથી પરમવિદ્યા, નાનાં મોટાં સર્વ મનુષ્યે પ્રાપ્ત કરી લેવી. માત પિતાએ તેવા માર્ગ અનુસરવા બાલકોને પ્રેરવા જોઈએ, પણ અટકાવવાં નહિ. બાર વર્ષથી તે સોળ સુધી બાળકોને સાધારણ જ્ઞાન હોય છે, તેથી ત્યાં સુધી બાળકો માટે સંપૂર્ણ કાળજી રાખવી. પછી બાળકોએ પોતે વિચારવંત થઇ કેટલાક નિયમ પોતે પાળવા પ્રદાનહ કરવો અને સ્વહિત માટે પોતે સત્ય ધર્મમાં નિશ્ચળ રહેવું. પ્રથમ બ્રહ્મચર્ય વ્રત પાળવું. યુવાન બાળકોએ પચીસ વર્ષ સુધી યુવાન બાળકીઓએ સોળ વર્ષ સુધી અખંડ બ્રહ્મચર્યવ્રત ધારણ કરવું. બ્રહ્મચર્યવ્રતથી બ્રહ્મ કરનાર આઠ દોષો છે: સ્ત્રી સ્મરણ (૧) સ્ત્રી સખધી વાતો (૨) સ્ત્રી સાથે બાષણ (૩) સ્ત્રીનું દર્શન (૪) સ્ત્રી સાથે હસવું (૫) સ્ત્રી સાથે એકાંત (૬) સ્ત્રીનો સ્પર્શ (૭) સ્ત્રી સંજોગ (૮) એ દોષોથી દૂર રહેવું. કારણકે—

દર્શનાત્ હરતે ચિત્તં, સ્પર્શાત્ હરતે ધનમ્ ।

(ધન એટલે બળ)

સંલોગાત્ હરતે વીર્યં, સ્ત્રી હિ પ્રત્યક્ષ રાક્ષસી: ॥

પુરુષોએ સ્ત્રી માટે અને સ્ત્રીઓએ પુરુષ તાટે હુલસ હલસ સમજી લઇ બ્રહ્મચર્યવ્રત રાખવા ચૂકવું નહિ. વ્યસન કરવું નહિ. નિરંતર પ્રાતઃકાળમાં વહેલાં ઉઠવું, આળસમાં વખત વીતાડવો નહિ. કૌત્ય (બજાર) દાતણ કરી તુરતજ સ્નાન કરી લેવું પછી સંધ્યા પૂજા કરવી. તિલક ધારણ કરી સૂર્યને નમસ્કાર કરવા. (પૂજા વિગેરેના નિયમમાં જુઓ) માતા પિતા, શ્રદ્ધ વડીલોને સાષ્ટાંગ દંડવત્ પ્રણામ કરી પગેલામવું. લાજશરમ મૂકી માતપિતાનું ચરણપૂજન કરી

ચરણોદક (તીર્થ) લેવું કારણ શાસ્ત્રમાં લખ્યું છે કે:-આચાર્યદેવોભવ । માતૃ દેવોભવ । પિતૃદેવોભવ । વળી મનુભગવાન પણ લખે છેકે:-

શ્લોક—આચાર્યો આદ્યશ્ચ મૂર્તિઃ પિતા મૂર્તિઃ પ્રજાપતેઃ ।

માતા પૃથિવ્યા મૂર્તિરતુ આતા સ્વો મૂર્તિરાત્મનઃ ॥

॥ ૨૨૬ ॥ અ. ૨

આચાર્ય (સદગુરુ) બ્રહ્માની મૂર્તિ છે, પિતા પ્રજાપતિની મૂર્તિ છે, માતા પૃથ્વીની મૂર્તિ છે, જેઠાઆતા પોતાના પંડની મૂર્તિ છે. માટે એ બધા પૂજવા યોગ્ય છે. બાળકોને જન્મ આપીને ઉછેરવામાં માતૃ પિતા જે દુઃખ સહન છે તેનો બદલો સેંકડો વર્ષ સુધી સેવા કરવાથી પણ વાળી શકતો નથી. તેથી માતૃ પિતાના સ્વર્ગસ્થ થયા પછી પણ તેમના બદલા માટે શ્રાદ્ધ, સંવત્સરીઓ, પૂર્ણ શ્રદ્ધા અને સ્નેહથી કરવાં જોઈએ. મનુ ભગવાન લખે છે કે:-

શ્લોક—ઈમં લોકં માતૃભક્ત્યા પિતૃભક્ત્યા તુ મધ્યમમ્ ।

ગુરુ શુશ્રૂષયાત્વેવં બ્રહ્મલોકં સમશ્નુતે ॥૨૨॥ અ. ૨.

માતૃભક્તિ કરવાથી આ લોકને, પિતાની ભક્તિ કરવાથી મધ્યમ (દેવલોક) ને અને ગુરુની ભક્તિ કરવાથી સનાતન બ્રહ્મ લોકને પામે છે. જે એ ત્રણેનો આદરસત્કાર કરે છે તેણે સર્વને આદરસત્કાર કર્યો એમ જાણવું અને જે ત્રણેનો અનાદર કરે છે તેની સર્વે ધર્મક્રિયાઓ નિષ્ફળ થાય છે.

માટે માતૃ પિતા, ગુરુ દેવને સેવવા સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા કેળવવી. કદાપિ કાળે સ્વચ્છંદાચાર કરવો નહિ; પરંતુ માતૃ પિતા ગુરુના વચન ઉપર વિશ્વાસ રાખી આજ્ઞાનું પાલન કરવું અને નિરંતરવિચારવું કે હું એક આચાર્ય ધર્મના ઉચ્ચારકો-રામ

કૃષ્ણાદિ અવતારો થઇ ગયા તે, અને વશિષ્ઠ, વિશ્વામિત્રાદિક, ભિષ્મ અર્જુનાદિક, મહાત્મા તુલસીદાસ, મીરાં, વગેરેનામાંનો અંશ છું. મારે પવિત્ર આચાર વિચાર ધારણ કરી સત્કર્મમાંજ વિચરવું જોઇએ અને વિશેષ વિચારથી સમજવવું જોઇએ કે સર્વથી શ્રેષ્ઠ સનાતન ધર્મનું રહસ્ય છે; જેથી યુરોપ અમેરિકાના તત્ત્વવેત્તાઓ પણ રૂપિમુનિ ઝોની ક્યાના બંધારણથી પ્રસન્ન થઇ ગયા છે. આપણને સંસ્થાવંદનાદિ દ્વારસ જેવાં નહિજ લાગ્યાં જોઇએ શ્રદ્ધાપૂર્વક નિત્ય નૈમિત્તિક કર્મ ધારણ કરવું જોઇએ જેથી શરીર અને મન બેઉ પવિત્ર થાય છે. ગોળ ખાવાથી ગળપણ જણાય છે, તેમ સક્રિયાઓ કરવાથી સત્ય આનંદ થાય છે. જે દિવસથી શુભ ક્રિયાઓ શરૂ થાય છે તે દિવસથીજ શરીરને મનમાં ઓર ચમત્કાર જણાય છે. જૈનો સમાગ તથા પશ્ચિમજ્ઞાના રૂપમાં અને મુસલમાનો નીમાજના રૂપમાં પણ શુભ ક્રિયા કરી શરીરમનને ધર્મ પરાયણ રાખી ઉત્તત કરી રહ્યા છે. આ ક્રિયા નવીન અગર નુકશાનકર્તા નથી પણ સનાતન ધર્મની પ્રણાલિકા છે.

આજ કાલ કળિયુગ અને અજ્ઞાન ભાષાનું જોર વધતું જાય છે. તેથી ફેશન અને અધટિત રીત રિવાજો વધતા જાય છે. બધાં કરતાં આપણું ગુજરાત ગમે તેવા વેશને ધારણ કરતાં વાર લગાડતું નથી. વસ્ત્ર, ખોલી, ખાનપાન વગેરેનું અનુકરણ કરવા મંડી જાય છે. પોતાની સાદાઇ સરળતા વગેરેને બૂલી માત પિતા વૃદ્ધ વડીલો કે ધર્માચાર્ય સદ્ગુરુઓની આજ્ઞાઓની તે હાંસી કરે છે. તેનું કારણ પવિત્ર સંસ્કારવાળી માતૃભાષાનો અભાવ છે. સંસ્કારરહિત ભાષા તથા તેઓનું અનુકરણ અભક્ષ્યાભક્ષ્ય અને સંસર્ગ દોષોથી પવિત્રતા અપણે ખેંચ નાંખ્યાં છે. તેથી શરીર, બોલાઈ અને શરીરની

શાનામાં સહ દહાણુ માની ધર્મ કર્મ સ્હામું કોઈ જોતું નથી પણ માંકડા જેવા વેશથી ધર્મનો ઉપહાસ કરવા મંડી જાય છે. કેટલાક કહે છે કે એ તો નવરાનો ધંધો ને નવરાની નિશાની છે. અમે ક્યારે પરવારીએ કે એવા ઢોંગ ધતુરા કરવા બેસીએ! એથી શું પરમેશ્વર આવી પૂરું કરી જાય છે? વાડું તેમને પૂછીએ, કે બાઈ સનાતન પરંપરા ચાલતા આવેલા ધર્મના નિયમોનું પાલન કરવા નવરાશજ નથી, અને થાક લાગે છે. ત્યારે મહેરમાની કરી કહેશો, કે દેશ પરદેશનાં અગર સગા બહાલાના અગર પાડોશીના, અગર ધંધાના હજાર કામ કરતાં થાક લાગતો નથી, અડી અને કીકાની વાતો સાંભળતાં કલાકો ચાલ્યા જાય છે, તો પણ થાક લાગતો નથી; નવરાશ મજે છે, અને નિત્ય સત્કર્મ, અને ધર્મ કર્મમાં વખતજ નથી એજ જમાનાનું જોર.

સમગ્ર લઈ નાનપણથી પાવત્ર સાત્ત્વિક અન્નનું સેવન કરવું, ઉત્તમ પ્રકારના નિયમો પાળવા. શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતામાં અધ્યાય ૧૭ ને આઠમા શ્લોકમાં આહાર વિષે લખ્યું છે, તેનું પાલન કરવું. (જેમ બને તેમ હંમેશા ગીતા શાસ્ત્ર શબ્દાર્થ સાથે જાણી, પોતાના કર્તવ્યમાં મૂકી અનુભવવું.) પચીસ વર્ષ સુધી ગૃહસ્થાશ્રમમાં જોડાઈ જવું, અને ગૃહસ્થાશ્રમ ધર્મને ધારણ કરવો. સ્ત્રી પ્રાપ્ત થઈ હોય, તો શાસ્ત્ર ત્રિધ પ્રમાણે વ્યવહાર ચલાવવો. સ્ત્રી ન હોય, તો બ્રહ્મચર્ય વ્રતમાં રહી ઉદર પૂરતો ઉદયમ કરી, છુટ ચિંતનમાં કાળ નિમગ્ન કરવો. માતૃપિતા ગુરુ વિજેરેની સેવા કરવી. સ્ત્રીવાળાએ સ્ત્રી સાથે રહી, માતૃપિતા, વૃદ્ધ, વડિલ, ગુરુઓની આજ્ઞાનુસાર ચાલી, તેમની સેવા બક્ષિત કરવાં, અને બરણપોષણ માટે સત્ય ઉદયમ કરવો. પ્રજોત્પત્તિ માટે સ્ત્રી સેવન શાસ્ત્ર પ્રમાણે કરવું. ગૃહસ્થાશ્રમી પુરુષોએ સ્ત્રીના રજો-



દર્શનથી સોળ રાત્રી સુધીમાં ઝેાથી, છઠ્ઠી, આઠમી, દશમી, બારમી, અને સોળમી રાત્રી હોય, તેમાં રતુમતિ સ્ત્રીને સેવવી. પરંતુ એ રાત્રિના યોગમાં અમાસ, પૂર્ણિમા, એકાદશી, દ્વાદશી, વૈષ્ણવ, વ્યતિપાત વિષ્ટી, વ્રત વિગેરે કોઇ તીથિ, કે પર્વણી આવી જાય, તો તે દિવસ ત્યાગ કરવો. એમ ધર્મયુક્ત વર્તનાથી પ્રજ્ઞ બળીષ્ઠ થાય છે.

સોળ રાત્રી પછી રજોદર્શન થતાં સુધી સેવન કરવું નહિ. તેમજ કોઇ દિવસ દિવસે સેવન કરવું નહિ. ગર્ભ રચા પછી સેવન કરવું નહિ, અને દુર્ભાગ્યે સેવન કરનારે ચાર માસ પૂરા થાય, તે પછી તો મર્જાવતીના સેવનનો ત્યાગજ કરવો. નહિ, તો તેમ કરવાથી ગર્ભના અંગદોષ અને બુદ્ધિદોષ વૃદ્ધિ પામી હાનિ થાય છે. (શ્રવાન ચેષ્ટાને ત્યાગ કરવો.) આરોગ્ય. મનોબળ, બુદ્ધિબળ, આત્મબળ વધારવા દિવ્ય ગૃહસ્થાશ્રમનું અહાયર્ય ઉપર પ્રભાણે પાળવું, એજ એક છે. ગૃહસ્થાશ્રમ ધર્મથી, ઉત્તરોન્તર કાળમાં જ્ઞાન સંપાદનથી મોક્ષ પ્રાપ્ત થાય છે. કેવળ ત્રિષયભોગ અને વિષયભોગની ઇચ્છાઓ તો દુઃખદાયક જન્મ મરણને આપનારી છે.

બાળકોઓએ પણ માતાપિતા કે સાસુ સસરા દ્વારા, અને ગુરુ આચાર્યો દ્વારા સોળ વર્ષ સુધી ગૃહસ્થાશ્રમના ધર્મ શીખવા પ્રયત્ન કરવો. નાની વયથી માતાપિતા અને ગુરુની શિખામણુ માની બાળસને ત્યાગ કરી, ક્ષણે ક્ષણે સતી ધર્મની વિદ્યા બજાવી. ગૃહકાર્ય અને નીતિ રીતિ શીખી લઇ નમ્રતા, સાદાઇ, ને વિનયથી વિવેકી બનવું. મુંથણ, સીવણ, ભરતકામ, રસોઇ વિગેરે ધરતું તમામ કામ કાળજીથી કરવું. પરાઇ વસ્તુઓ દેખી ઉચ્છ્રંખળતાથી તેની ઇચ્છા નહિ કરવી. એકવા પહેરવામાં ફેશન નહિ રાખતાં સાદું અને સરળતાવાળું, જાકું

અને પવિત્ર વસ્ત્ર પહેરવું. માતૃભક્તિ, પિતૃભક્તિ, સ્વામીભક્તિ, અને સ્વદેશભક્તિ કરવી. નત્ર બોલવું, બેઠને ચાલવું, લાજ ધરવી, વિનય રાખવો, ઘણા પરિશ્રમથી શીળ, અને પતિવ્રત પાળવું, થોડું, અને પ્રિય સત્ય બોલવું. બાળકોએ પણ ઉત્સાહથી માતા, પિતા, ગુરૂની ભક્તિમાં પરાયણ રહી, સત્યતાએ શૌર્યવાન બની સ્વદેશ સેવા કરવી અને આત્મેન્નતિના માર્ગે અનુસરવું નિરંતર સત્સંગ, સત્ય વિચાર, સદાચરણનું સેવન કરવું. પ્રેમ, અને શાન્તિના પાઠ ભજવા. વીરતા વડે વિજયી થવા, પોતાના અને ભારતના અબ્યુદય માટે કટિબદ્ધ થવું એજ શ્રેષ્ઠ છે.

બાળક અને પુરૂષોએ ધર્મ મિમાંસા નિત્યકર્મના પુસ્તકને નિરંતર વાંચવાં. બાળકોએ અને સ્ત્રીઓએ સ્ત્રી નિત્યકર્મના પુસ્તકને નિરંતર વાંચવાં. લક્ષ્યપૂર્વક વાંચી હરહંમેશ પોતાના શારીરિક, માનસિક ક્રિયામાં ઉમેરો કરવો, જેથી જગત્નિયંતા સત્યધર્મજ્ઞાન વડે પરમ ગતિ પ્રાપ્ત કરાવશે.

હતિ શિવમ્ ॥

## કુમારિકાનું વિશેષ કર્તવ્ય

કુમારિકાઓએ પોતાને જન્મ આપનાર તથા ઘણા કષ્ટે પાળી પોષી ઉછેરી મોટાં કરી વિદ્યા, વિવેક, વિચાર અને અવહારી જ્ઞાનનું શિક્ષણ આપી નિરંતર બહુ ઇચ્છનાર, માતાપિતા વિષે ઘણા પ્રેમથી મુલ્યભાવ રાખવો, અને તેમની આજ્ઞાના બંધ ન કરતાં પોતાનાથી બનતી સેવા કરવી. તેમને પોતાના કામકાજથી સતોષ આપવો. તેઓ દુભાય તેવું કદાપિ કરવું નહિ. નિત્ય પ્રાતઃકાળ થતાં પહેલાં હાલુ; ને આંખો તથા મોં ધોઈ, ઝાડેજંગલ જઈ આવી, દાંતણ

ક્રીને નહાવું. ટાઢતી રતુમાં પણ કોઇ દિવસ નહાવામાં આલસ્ય કરવું નહિ. માથાના વાળ જુઓથી મેલા નહિ રાખતાં નિત્ય ઓળી ઓળી સ્વચ્છ રાખવા, લૂગડાં પણ સ્વચ્છ રાખવાં. પ્રતિદન નહાયા પછી સૂર્યનારાયણને, ઘરમાં અગ્નિ હોય તો તે અગ્નિને, દેવને, ગુરુને અથવા ગુરુની છબીને, અને માતપિતા, વૃધ્ધ વડીલોને નીચે બેસી, બે હાથ જોડી ભૂમિપર હાથ મૂકી તે ઉપર માથું મૂકી પગે લાગવું, તે પ્રણામ કરવાં. મોટાનાઇ, બોજાઇ, અને મોટી બેનને પણ પ્રણામ કરવાં. પવિત્ર સંતસાધુ અથવા બ્રાહ્મણ આવે તો તેમને પણ પ્રણામ કરવાં, અને પછી પોતાની માતાને પૂજી ઘરમાં કામ કરવા લાગી જવું, વાસણ માંજવાં. હાળચોખા વીણવા, પાણી ગાળવું, કોટ આળવો, ને જે જે ઘરનાં અગત્યનાં કામ પોતાનાથી અને એવાં હોય તે સાવધાનથી કરવાં. જે કામ પોતાને ન આવડતું હોય તે કામ શિખવાનો ઉત્સાહ રાખી વડીલોના બતાવ્યા પ્રમાણે ચિત્ત રાખીને કરવું. રસોઇનું કામ પણ થોડું થોડું પોતાની માતા અથવા રસોઇ કરનારની પાસેથી ઉત્સાહ રાખી શિખતાં રહેવું, ને પોતાને આવડેલું રસોઇનું કામ કરવાને જ્યારે પ્રસંગ આવે ત્યારે ધીરે રહી, સાવચેતી રાખી, પહેરેલું લૂગડું સંકોરી, શરીરે દઝાય નહિ ને રાંધવાની વસ્તુ ઘાઝી કે બળી જાય નહિ તેમજ તે કાચી કે પાણીપોચી રહે નહિ તથા તેમાં મીઠું, મરચું, હળદળઆદિ મસાલો જોઇતોજ પડે, એમ લક્ષ રાખીને રસોઇનું કામ કરવું. જેમાં સમજણ ના પડે તેમાં પોતાની મા કે કોઈ વડીલને પૂછીને કરવું. જે બાળકોએ નાનપણમાં આળસુ થઇ ધરના કામકાજમાં ને રસોઇના કામકાજમાં અણસિઆઈ રહે છે, તે મોટપણમાં બહુ દુઃખી થાય છે. અને જે તે કામમાં કુશળ હોય છે તે સૌને વહાલી થઇ માન પામે છે. કાઠી બાળકોએ રીસાળ કે

તાણુ સ્વભાવ રાખવો નહિ. જમવામાં બૂખ જેટલુંજ જમવું. પણ  
 માદ જાણી વધારે જમવા કુટેવ રાખવી નહિ. પોતાના ઘરમાં જે  
 'ધાયુ' હોય તેજ નિરાંતે ખેતી બૂખ પ્રમાણે જમવું. આખો દિવસ  
 ત્યું કોરું બુકવાની દેવ રાખવી નહિ. બહુ ખાટા, બહુ તીખા, બહુ  
 તા અને ગરમ તથા ના પચે એવા પદાર્થ ખાવા નહિ. અજીર્ણ  
 માય, ઉધરસ, તાવ, સળેખમ, ખસ, ગરમી ઘાય, એવા પદાર્થ ખાવા  
 નહિ. સાઈં સાઈં ખાવાની, લાલચુપણાની, ઘરમાંથી છાતું માતું ચોરી  
 ખાવાની ને એકલું ખાવાની કુટેવો કદિ પણ રાખવી નહિ. માતા-  
 પેતા જે કાંઈ ખાવાપીવાની કે એટલા પહેરવાની વસ્તુ પ્રેમથી આપે  
 માં એછું વધતું માની રીસાવું નહિ. ઘરમાં નાના મોટા કામમાં  
 મદદ કરવી. બાળકોએએ કાંઈ સદાચરણી શાંત અને ધર્મિષ્ઠ શિક્ષિકા  
 મથક તેવાજ પુખ્ત ઉમરના પુરુષ શિક્ષક પાસેથી ગુજરાતી,  
 સંસ્કૃત અને અને તો રાજનાપાનું ઉપયોગ જેટલું જ્ઞાન મેળવવું.  
 સાથે નરવાની, સીવવાની, ગુંથવાની અને ચિત્રની કળાઓ પણ  
 શેખવી. આરોગ્યના નિયમો પણ જાણવા, તથા જ્ઞાન સાથે  
 ધર્મ-નીતિનું જ્ઞાન અવશ્ય શિખવું. જીવ બધાનો સરખો છે માટે  
 માતા મોટા જીવને દુઃખ દેવું કે મારવું નહિ.

જેવું દીકું કે સાંનળુ હોય તેવુંજ વધવટ કર્યા વિના સાચે સાચું  
 મોઝવું. બહુ બોલવાની, તોછડા કે ભૂંડા શબ્દો બોલવાની, ધાંટે  
 ટી કે છણકા-છોકાટા કરી બોલવાની અને ચાડી ખાવાની દેવ  
 રાખવી નહિ. ખપ જેટલું નરમાશથી મીઠી વાણીમાં બોલવાની દેવ  
 રાખવી, હલકી કે ભારે કોઈ વસ્તુની ચોરી કરવી નહિ. નિરંતર  
 વિત્ર રહેવું. જ્યાં ખેડ તમાસા કે નાટક ભવાઈ થતી હોય તથા જ્યાં  
 મજરાઓ રમતા હોય અથવા ગાતા, હસતા, બોલતા હોય ત્યાં જવું કે

બેસવું કે ઉના પથુ રહેવું નહિ. નદી તળાવ, વાવ, કૂવા પર એકલા જવું નહિ. પોતાની જે વડી જે બાળાઓ હોય તેમની સાથે બેસવું રમવું, બથુવું કે ગાવું પથુ તેવા પ્રસંગ છોકરાઓ જોડે રાખવા નહિ. જે કન્યા ઉંચા કુળની, ઉંચી જાતની ડાહી, અને શાંત સ્વભાવની, સારા ગુણવાળી, સારી આવડતવાળી, સમજણવાળી, સારા ચાલની હોય તેનો સંગ કરવો, બેનપણું બાંધવા; પથુ જે નીચી જાતની, ઉધ્ધત, ઉછાંછળી, વઢકણી, આળસુ, નિર્લજ્જ, દુરાચારી, દુર્ગુણી હોય તેની સોખત રાખવી નહિ અને બેનપણું બાંધવું નહિ.

કુમારિકાને કરવા યોગ્ય જે જે વ્રત ગૌરી પૂજા (ગોરો) ગાય વ્રત, તુલસીવ્રત, ચાંદલાવ્રત, રવિવાર સોમવાર વ્રત, શિવ પાર્વતીનું વ્રત વિગેરે હોય તેને પોતાના દેશાચાર કે કુલાચાર પ્રમાણે માત-પિતા તથા ધરના કોઇ વૃદ્ધ વડીલની આજ્ઞા લઇને કરવાં. ગોરાના દિવસમાં કેટલીક અણસમજુ છોકરીઓ બેગી થઇ નિર્લજ્જપણે ન બોલાય એવાં બૂંડા શબ્દો બોલે છે, કૂટે છે ને ફટાણું ગાય છે. તેથી આ નીચ કૃત્યથી વ્રતના પુણ્ય કરતાં પાપ બહુ વધી જાય છે એને વ્રતના દેવતા પાપી અને દુષ્ટ કન્યાઓ ઉપર બહુ કોપ પામી તેમના પાપ કર્મનું ફળ આપી તેમને બહુ દુઃખી કરે છે. માટે ગોરાના કે બીજા કોઇ વ્રત ઉપવાસમાં ધર્મ નિયમ પ્રમાણે સાંજ સુવાર પવિત્ર યજ્ઞ વ્રતના દેવનું પૂજન કરવું. શ્રી શંકર, શ્રી વિષ્ણુ શ્રી સર્પ, શ્રી અણ્ણપતિ, શ્રી લક્ષ્મિ, સરસ્વતી અને પાર્વતીજીની સ્તુતિઓ, પવિત્ર સતી ચરિત્રોની મરીબીઓ કે કીર્તનો ગાવાં. કિંવા ધર્મ નીતિનાં પુસ્તકો વાંચવા, પહેરવા ઓઢવામાં બહુ સાદાઇ રાખવી, સારાં સારાં ધરેણાં કે નવાં નવાં ઝીણાં લૂગડાં પહેરવાનું મન ન કરવું કારણ કે સારાં ધરેણાંથી કે તમે લૂગડાંથી શોભતા નથી પણ તમારા સદ્ગુણ અને

હકાપણથી શોભશે. જો કુમારિકાએને સુખી થવું હોય અને કુમારિકાએને સુખી રાખવી હોય તો કદિપણ વસ્ત્ર અલંકારોથી સોનાવશે નહિ પણ સદ્ગુણ અને શાણપણ પ્રાપ્ત કરવું કરાવવું. છકેલી ફટકેલી જેવા ચાળા હિંદુ બાળાએને શોના આપશે નહિ.

કુમારિકાનાં લગ્ન થયા પછી એ કુમારિકા સોળ વર્ષે સ્ત્રી કહેવાય છે અને સ્ત્રી ધર્મનું એને પાત્રન કરવાનું છે. લગ્ન ક્રિયામાં સપ્તપદી ના પૂજન વખતે ૪૨ કન્યા સામાસામી સાત પ્રતિજ્ઞાઓ કરે છે તે પ્રતિજ્ઞાઓ અગ્નિ, બ્રાહ્મણ (આચાર્ય) સૂર્ય ચંદ્ર દેવ માત-પિતા અને સભામંડળની સાક્ષિસમક્ષ થાય છે. તેમાં કન્યાની સાત પ્રતિજ્ઞાઓ આ પ્રમાણે છે.

કન્યા વરને કહેછે:-હે સ્વામીન ! મેં આ મોટું સૌભાગ્ય આપનાથી મેળવ્યું છે. (૧) માટે આપ જે કાંઈ લાવશો તેમાં હું ધરને નિર્વાહ કરી સંતોષ માનીશ. (૨) નિત્ય હું આપની આજ્ઞા પાળીશ (૩) હું પવિત્ર રહી સારા શણગાર ધારણ કરી મન વચન અને કર્મ વડે આપની સાથે રમીશ. (૪) દુઃખમાં ધીરજ રાખનારી ને સુખમાં પ્રસન્ન થનારી હું આપના સુખ દુઃખમાં ભાગિયણ છું, આપની આજ્ઞા વિના હું કાંઈ સ્થળે જઇશ નહિ (૫) સુખેથી હું આપના ધરનાં બધાં કામ કરીશ. સાસુ સસરાની સેવા અને આપના બંધુઓને સત્કાર કરીશ. જ્યાં આપ ત્યાં હું ને હું ત્યાં આપ એમ આપણી સાથે એકતાથી વર્તીશ, હું પ્રતિજ્ઞા ભંગ કરીને આપને કદી ઠગીશ નહિ, ને આપ પણ મને ઠગશો નહિ. (૬) હું હોમ યજ્ઞાદિના કામમાં નિત્ય આપને સાથ કરીશ. નિત્ય નૈમિત્તિક કર્મોમાં પણ મદદ કરીશ, તથા ધર્મ અને કામ સંબંધી કાર્યોમાં આપના મનની ઇચ્છા પ્રમાણે વર્તીશ તથા આપ ધર્મપરાયણ રહી મને ધર્મમાં જોડશો જેથી આપણુ

બન્નેનું શુભ થશે. અમારી પ્રતિજ્ઞાઓના આદ્ય, અગ્નિ, દેવ, સર્વ, માતૃ પિતા અને સંબંધીઓ એ સર્વ સાક્ષિ રૂપ છે. આ સાત પ્રતિજ્ઞા વચ્ચેનો નિત્ય પાઠ કરી, સ્મરણમાં રાખી, તેનું પાલન કરવું પણ કદાપિ પ્રતિજ્ઞાભંગ કરવો નહિ.

### —વડુઓના ધર્મ—

નવોદા, પ્રૌઢા તથા સર્વ સૌભાગ્યવતીઓએ જાણવું જોઈએ કે આ શરીરને પ્રથમ કુમારિકા સ્થિતિમાં જન્મ આપનાર માતા પિતાના મમત્વનો અધિકાર હોય, તેમના સ્વાધીનમાં રહેવાનું હવું તે હવે તેજ આ શરીરને લગ્ન વેળાએ હસ્ત મેળાપ કરતાં જમણા લઈ પતિના જમણા હાથમાં મૂકી કન્યાદાન કરી, પોતાના મમત્વનો અધિકાર ઉતારી સગાં સંબંધી અને જાતિ આદ્ય અગ્નિ આદિ દેવોની સાક્ષિએ પતિના સ્વામિત્વનો (ધણી પણ્યનો) અધિકાર સિદ્ધ કરી આપ્યો છે. તેથી હવે માતૃ પિતાનો અધિકાર મટી પતિનો થયેલો છે માટે નિરંતર તેમજોળ વસવર્તી થઈ રહેવું. શરીર સ્વામીનું, શરીરને પ્રેરનાર મન પણ સ્વામીનું અને શરીરના અભિકાર વસ્ત્ર ધનાદિ પણ સ્વામાનાંજ છે એવું નિરંતર લક્ષ રાખી પતિ પ્રસન્ન રહે એવું કર્તવ્ય કરવું. સ્ત્રીએ પરણ્યા પછી પિતાનું ઘર એ પરધર અને પતિનું ઘર એજ પોતાનું ઘર જાણવું. (અંદ્ર કિરણોર્થા શિતલ છે, પ્રકાશમાં ઉત્તરવળ છે. લોકોના નેત્ર અને શરીરને આનંદ આપે છે પણ જેવો સત્રિરૂપી પોતાના ઘરમાં શોભે છે તેવો તે દિવસે સૂર્યના પરધરમાં રહી દેખાતા છતાં શોભતો નથી. સ્ત્રી જેવી પોતાના સાસરામાં રહીને શોભે છે તેવી તે યુગ્મના બંડારરૂપ હોય તેપણુ પિયર કે મોસાળમાં કે બીજા સગા સંબંધીના ઘરમાં રહી શોભતી નથી. જયમ સ્થાન બદલ થયેલો રાજા પ્રધાન કે કોઈ અધિકારી સોભતો

નથી તેમ સ્ત્રી પણ પતિના ઘર રૂપ સ્થાનથી બ્રહ્મ થયલી આપ બાહ્ય કે મામા માસીના ઘરમાં શોભતી નથી. હજાર સદગુણો હોય છતાં પતિવિમુખતા (અણુમનાવ)નો એકજ અવગુણ સ્ત્રીમાં હોય તો તે ઢંકાઇ જાય છે અને તેના હજાર દોષ હોય છતાં પતિ સેવાનો માત્ર એકજ ગુણ જો હોય તો તે હજાર દોષ ઢંકાઇ જાય છે, અથવા ડાહ્યા મનુષ્યો ગુણ રૂપ ગણે છે.

પતિની પ્રસન્નતા માટે ઘર અને સઘર્માં ઘરનાં સાહિત્યો સ્વચ્છ તથા સુશોભિત રાખવાં. શરીર પણ સ્વચ્છ રૂપવું. આનંદમાં રહેવું, રીસ, ક્રોધ, કે ઉદ્વેગીનતા સ્વામીને બતાવવી નહિ. ઘરમાં તમામ વસ્તુની સંભાળ રાખવી. પોતાને માથે જે વડીલ હોય, તે કામ કરતાં હોય, તો તે જોઇ પોતે બેસી રહેવું નહિ, પણ તેમની પાસેથી વિનયથી માંગણી કરી ધ્યાન રાખી કામ કરી લેવું. સાસુ, નણંદ, દેરાણી, કે જેદાણીમાં કામ માટે પરસ્પર ચડસાચડસી કરવી નહિ. પોતાને કામ કદાપિ વધારે કરવું પડે, તો સહન કરી લેવું. પોતાની શક્તિ ઉપરાંતનું હોય, તો તે કામ બતાવનારને નમ્રતાથી યુક્તિપૂર્વક આજીજી સાથે કહી દેવું. કામ કરવામાં આજસ રાખવું નહિ. કામ કરવામાં આજસ સ્ત્રીઓને બેસી રહેવાથી કાંઈ લાભ થતો નથી, પણ જઠરાગ્નિનું મંદપણું, શરીરની જડતા અને મન ઈન્દ્રિયોનું બારેપણું, અને ખીજ-વાટ, ઇત્યાદી દોષો વધે છે અને સાસરીઆંના માણસોમાં પણ તે અજખામણી ગણાય છે. જે આગળ પડી છૂટથી કામકાજ કરે છે, તે સાસરીઆં અને સર્વ માણસોને વહાલી થાય છે. ‘કામ એક જાતનું કામજી છે. કામ કર્યું, તેણે કામજી કર્યું.’ તેના પર સૌ સ્નેહ રાખે છે, તેની સાસરી પ્રશંસા કરે છે, એટલુંજ નહિ, પણ કામકાજ કરવાથી શરીરમાં આરોગ્ય વૃદ્ધિ વિગેરે લાભો પ્રાપ્ત થાય છે, મન



ઈંદ્રિયોની સ્વચ્છતા વધે છે, તેમજ નિદ્રા, તંદ્રા આદિ દોષો નિવૃત્ત થાય છે. માટે પોતાને કામ કરવાનું મળતાં, તે કામ બતાવનારનો ઉપકાર માની ઉત્સાહથી કરવું.

સંસારમાં સ્ત્રીઓને સર્વ સુખના સ્થાનરૂપ પોતાનો સ્વામી છે. તેમના માતૃપિતાઓ પરમ પૂજ્ય છે, જેઓ સ્વામીના શરીરને પ્રકટાવનાર છે, પ્રેમપૂર્વક પાલનપોષણ કરનાર, જેઓ તેમના ભવિષ્યના સુખ માટે વિદ્યા, વ્યવહાર, અને ધર્મજ્ઞાનમાં પ્રવિણ કરનાર છે, અને મહા કષ્ટે સંપાદન કરેલી વહાણમાં વહાણી ધનાદિ વસ્તુઓને પણ પુત્ર કરતાં આધિક પણ જેઓ માનતા નથી, પુત્રના દુઃખે દુઃખી, અને સુખે સુખી, તથા નિરંતર તેને જોઈ પ્રેમાત્મ્યો પાડે છે, અને અદર્શિશ શુભ ચિંતન કરે છે અને જેના બદલામાં જોતાં, આખા વિશ્વમાં દોષ મળે નહિ. એવાં પોતાનાં સાસુ અને સસરા તેમના વિષે અત્યંત પૂજ્ય બાવ રાખી પોતાના માતૃ-પિતા તુલ્ય સ્નેહ રાખી, કદાપિ દુબવાય ન દેતાં પ્રસન્ન રાખીને તેમની સેવા કરવી. પતિના શરીર, ચતુર્થ, વિદ્યા, જ્ઞાન, ધર, ધનાદિક જે જે સુખો મળે છે, તે તે સવળાં એ વૃદ્ધોનાજ પ્રતાપથી છે એમ માની યોગ્ય સેવા કરવા ચૂકવું નહિ. કદાપિ તેઓ તામસી, જાડી બુદ્ધિનાં, અણુસમજી, ચીઢીઆ સ્વભાવનાં, અદેખાં, જૂના વિચારનાં, ગ્રામ્ય આચારવિચાર તથા વર્તનવાળાં ને વઢકણાં હોય તથાપિ ચતુર સ્ત્રીઓએ તે વૃદ્ધોના દોષો ન જોતાં વિવેકથી નમ્રતાથી તેમને વશ કરવા, પ્રથમ તેમના સ્વભાવને મળતાં રહી તેમની પ્રાતિ મેળવી લેવી, કે જેથી તેઓ પોતાને વિરૂદ્ધ લાગે નહિ. સ્ત્રીઓની ચતુરાઈ, વિદ્યા, ડહાપણ, અને સદ્ગુણોની ખરી ઠસોટી ત્યારેજ થાય છે કે જ્યારે પારકાને પોતાનાં કરી સાસરીયામાં સમાવેશ કરી શકાય, તથા વિરૂદ્ધ સ્વભાવનાં સાસરીયાપક્ષનાં સજ્જ

જાંની પોતાના પર પ્રાપ્તિ મેળવી લેવાય. વૃદ્ધોની સેવા કરવાથી, આયુષ્ય, વિદ્યા, કીર્તિ અને બળની વૃદ્ધિ થાય છે.

પગની ઘૂંટી ઢંકાય ત્યાં સુધી વસ્ત્ર પહેરવું. એથી ઉંચું પહેરવું નહિ, કાપડું કે ચોળી પહેર્યા વિના ફરવું નહિ. કામ વિના જ્યાં ત્યાં ફરવાની ટેવ રાખવી નહિ. કોઈ કારણ પ્રસંગે બહાર જવું પડે તો કોઈ વૃદ્ધ તથા પવિત્ર સ્ત્રીઓની સાથે જવું. અને ત્યાં પ્રયોજન જોઈતું જ ટકવું. માર્ગમાં ડાબો ખમો ઉપાડો રાખી ચાલવું નહિ; બહુ ઉતાવળાં કે છટકેલ સ્ત્રીઓની પેઠે ચટક-મટક ચાલવું નહિ. માર્ગમાં સાસરા પક્ષમાં માન-મહત્તાવાળા પુરૂષો સામા મળતાં તેમની મર્યાદા લોપી સામા થઈને ચાલવું નહિ. પણ એક પડખે પૂંઠ ફેરવીને ઉભા રહેવું. માર્ગે ચાલતાં સામા મળતા જે તે પુરૂષો સામું આડું-અવળું ન જોતાં પોતાને કેશ ન વાગે, કાદવ-કાંટાવાળા કે અપવિત્ર રથમાં પગ ન પડે, અથવા કોઈ જીવજંતુ ઉપર પોતાનો પગ ન આવે એમ નીચી દ્રષ્ટિએ માર્ગ સામું જોઈને ચાલવું. માર્ગમાં ઉભાં રહીને પોતાના સંબંધી વર્ગના પુરૂષ સાથે પણ વાંત કરવી નહિ. પોતાની છાતી, નાભિ અને શુદ્ધ અવયવો કોઈને બતાવવા નહિ, દાંત બહાર દેખાય તેમ છુટે મોંઢે હસવું નહિ. પતિવ્રતા સ્ત્રીઓએ પરપુરૂષને સર્પ કે વ્યાઘ્ર જેવો માની બહુ દૂર રહેવું. પરપુરૂષનું મુખ ભાદરવાની અજવાળી ચોંચના ચંદ્ર જેવું દુષિત-ન જોવા યોગ્ય-મણ્ડી દુરથી અનાયાસે પણ તે ન દેખાય એટલા માટે ચંદ્ર સામું મુખ આડે વસ્ત્ર રાખે છે, અગર નીચું કે આડું જોઈ જેમ મનુષ્યે ચાલ્યા જાય છે, તેમ સ્ત્રીઓએ પરપુરૂષની લાજ કાઢવી. શુજરાત, કાઠિયાવાડની સ્ત્રીઓમાં લાજ કાઢવાનો ચાલ નિંદવા યોગ્ય નથી પણ વખાણુના યોગ્ય છે. ઉત્તમ પતિવ્રતા સ્ત્રીઓ પરપુરૂષને સ્ત્રીવત જૂએ છે.

ને મધ્યમ પતિવ્રતા સ્ત્રીઓ પિતા-માઇતુલ્ય જાણે છે. કનિષ્ઠ પતિ-વ્રતાઓ પરપુરુષવત્ જોઇ તેની લાજ કાઢી ફેરે છે, એ ત્રણ પ્રકારની સ્ત્રીઓ ઉત્તમજ છે. પણ જે સ્ત્રીઓ પરપુરુષ સાથે કુભાવથી હસે, ખેલે, રમે, તાળીઓ લે, ઠૂકા મશ્કરીઓ કરે તે અધમ છે. અને જર પુદ્ધિથી પરપુરુષનું સેવન કરે તે તો છેક અધમાધમ (વ્યભિચારણી) ગણાય છે. એ નર્કગામિની થાય છે. માટે ઉપરના ત્રણમાંથી ગમે તે ભાવ હોય છતાં લાજ કાઢવી એ શ્રેષ્ઠ છે. માટે જે દેશમાં કે જે જ્ઞાતિમાં સ્ત્રીઓને લાજ કાઢવાનો રિવાજ ન હોય ત્યાં લાજનું અનુકરણ અવશ્ય થવું જોઇએ. લાજ ન કાઢવાથી કામી પુરુષો કામદ્રષ્ટિથી છુટથી ખેલવાનો, અને એકાંત લેવાનો ઉપાય રચી સ્ત્રીઓના શીલનો ભંગ કરવાનો ઉપાય સાધી શકે છે. માટે પોતાનાં યુવાવસ્થાનાં ત્રિશ વર્ષ વિત્યા સુધી લાજમલાગના ચાલનો ન્યુન માત્ર પણ પરિત્યાગ કરવો નહિ- સૂક્ષ્મદ્રષ્ટિથી જોતાં આ લાજ-મલાગનો વૃદ્ધસંપ્રદાય ઘણા સદ્વિચારથી પ્રવર્તેલો છે. પોતાના પતિ વિના અન્યપુરુષનું મુખ ન જોવું એ હેતુને લીધે જ, આચાર્યોમાં અને રાજ્યકુટુંબની સ્ત્રીઓમાં અંતઃપૂરમાં રહેવાનો અથવા પટાંતરે (ઓઝલ) રહેવાનો સંપ્રદાય પ્રવર્તેલો છે. તે બહુ મહત્ત્વવાળો હોવાથી પાલન કરવા યોગ્ય છે.

આપણા આર્ય વર્ગમાં છે એટલુંજ નહિ પણ મુસલમાન ભાઇઓમાં પણ પુરખાનો રીવાજ છે, ઓઝલ પડદે રહેવાનો રીવાજ છે. વળી એમની સ્ત્રીઓ તો એટલી બધી મર્યાદાશીલ છે કે નાટક, તમાસા ખેલ અને જાહેર મેળાવડામાં પણ જઇ શકતાઓ નથી. એમના ધર્મ કાર્યમાં પવિત્રતા અને નિમાજ વિગેરે યથાસ્થિત પાળી શકે છે; ત્યારે આપણા આર્ય ધર્મીઓની સ્ત્રીઓ નાટક-એટક, તમાસા અને જાહેર મેળાવડામાં જાયેક, છત્રી, ખુટ, ચશ્મા ચઢાવી ફેશનવાળા

વસ્ત્ર અને વાંકા સેંઘા પાડી અધકેદાડે માથે વાતોના તડાકા ભારતી આંખની ભ્રમર ચઢાવતી જ્યાં ને ત્યાં ચિકારજ્વ હોય છે. તેથી અતીતિના માર્ગે ખુલ્લા કરવામાં આર્યમહિલાઓ અગ્રમણ્ય ગણાય છે; એ ધણી દોલગીરીની વાત છે. ચેતવા જેવું છે. દેવ દેવસ્થાન, મંદિરોમાં પણ સ્ત્રીઓને વર્ગ સવાર સાંજ અસુરી વેળાએ આવતો મહાવ્રતો જોવામાં આવે છે: “અહિં લખનાર દેવ દેવસ્થાન, મંદી-રોની નિંદા કરવા નથી માગતો પણ સ્ત્રીઓએ પતિપરાયણ રહી યોગ્ય નિયમને ધારણ ફરી પોતાના પવિત્ર દેવાવ્રતોને વિષે પ્રીતિ પૂર્વક શ્રદ્ધાથી, સાદાં, પવિત્ર, અંગ ના દેખાય એવાં વસ્ત્ર પહેરી, આધું એટલી નિચી દૃષ્ટિએ જીવજંતુ જોતાં (જીવ ન મરે માટે) ચિંતન કરતાં કરતાં એકવાર દર્શન કરવાં જોઈએ. અને કોઈને પોતાના અંગનો સ્પર્શ નહિ થવા દેવા કાળજી રાખવી જોઈએ.” લગ્ન ધારણ કરવી એ સ્ત્રીઓની મુખ્ય ફરજ છે. લાજવડે-જે અંત:પુરમાં રહેનારી-જનનાની સ્ત્રીઓ આ નિયમનું પાલન કરીને પર પુરોનાં મુખ જોતી નથી, તેમની દૃષ્ટિની અંચળતા ન વધવાથી નેત્રના દિવ્ય બળની વૃદ્ધિ થાય છે, ને તેમનું મનોબળ પણ બહુ વધે છે. ને એવા મનોબળવાળી સુરક્ષિત સ્ત્રીઓજ પ્રજ્ઞના સમસ્ત સુખના આધારરૂપ શૂર કુમારોને જન્મ આપી વીરમાતાઓની ગણનામાં ગણાય છે. એવી જનનામાં રહેનારી, ગૃહસ્થાશ્રમ ધર્મને જાણનારી, પોતાના વૃદ્ધો દ્વારા રાજ્યનીતિનું, તથા યોગ્ય ગુરુઓદ્વારા ધર્મનીતિ અને અધ્યાત્મવિદ્યાનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી; ઈન્દ્રિય મનોબળ વડે આપત્તના સમયે રણમેદાનમાં પડી શત્રુઓના સામે શિર છુકાવી યુદ્ધમાં પણ પોતાના પતિનું રક્ષણ કરી સતીત્વ પ્રભાવે રિપુદળને નષ્ટ કરી નાખ્યાં છે. અથવા તો સતીત્વ ભંગના પ્રસંગે શત્રુ-

જ્યોતે શ્રાપ આપી પોતાના દેહને ભસ્મભૂત કરી દીધો છે. એ બધું મર્યાદાપૂર્વક ધર્મયુક્ત પતિભક્તિ અને સતીત્વ પ્રભાવનું જ કારણ છે. માટે સંધવા સ્ત્રીજ્યોતે તો સદ્ગતિ આપનાર પોતાનું પાતિવ્રત્યજ છે, જ્યેમ સમજીને નિરંતર તનમન અને ધનથી પતિ સેવાપરાયણ રહેવું, પોતાનો પતિ ગુણવાન કે ગુણ વગરનો હોય, જૂનો, લંગડો, બેહેરો, બોબડો, અવિવેકી ગમે તેવો હોય તથાપિ તેને ઇશ્વરરૂપજ સમજી તેનાથી વિરોધ કર્યારે પણ વર્તવું નહિ. પ્રાણીને પણ પતિ આગળ જીવું બોલવું નહિ; પતિ ગુસ્સે થયેલા હોય છતાં સ્ત્રીજ્યોતે તો હસને મુખે, મધુર વાણીથી, સરળતા અને શાંતિથી, તેજે પ્રસન્ન થાય એવી પ્રિય વાણીનો ઉચ્ચાર પતિ પાસે કરવો. સ્વામીન જન્મ્યા પછી જન્મવું ને સ્વામીના સન્તા પછી સવું; પણ તેમના પહેલ ઉત્સવું. પોતાના સ્વામીના આયુષ્યની વૃદ્ધિ માટે સુન્ સ્ત્રીજ્યે કપાળમ કંકુનો ચાંદલો કરવો, આંખમાં કાજળ આંજવું, ચોળી વા કાપડ પહેરવું. કોઈ મંગળ સૂત્ર પહેરવું, નિત્ય માથામાં ધુપેત્ર નાંખી વાળ જોળી ગુંથી અંગોડો વાળવો. હાથે પતિની સંપત્તિ પ્રમાણે કંકણ કડા કે તુડીજ્યે પહેરી રાખવાં. કાચની બંગડી સુન્ સ્ત્રીજ્યે નરિ પહેરવી જ્યેજ ઉત્તમ છે. કાનમાં મુવર્ણમય કાપ વિગેરે પહેરવું. અ નિત્યના અલંકારો કદિયે હૂર કરવા નહિ એ સૌભાગ્ય ચિન્હ છે આદ્યજો જ્યેમ ઉપવીત કાદતા નથી તેમ સૌભાગ્યવતીજ્યે ઉપરન સૌનાગ્ય અલંકારો હૂર કરવા નહિ. પોતાના સ્વામીની વૃદ્ધિ મા તેમના નામનો ઉચ્ચાર કરવો નહિ. એટલાજ માટે પ્રાચીન આ સ્ત્રીજ્યોતે કોઈ અગત્યના સ્થળે પતિના નામનો ઉચ્ચાર ન કરત પ્રેમાવેશમાં, દુઃખમાં, ભયમાં તથા ધીરજ ન રહેવાના સમયમાં પણ પ્રિય પ્રિયતમ, વહાલા, નાથ, પ્રાણનાથ, શિરોમણી, જીવ

હૃદય મણિ, નયન મણિ, કહેવું અને અધિક વયના અન્ય પુરુષને પિતા સમાન, સમાન વયનાને ભાઈ સમાન, પોતાથી નાની વયના પુરુષને પુત્ર સમાન ગણવા. ક્યારે પણ નિર્લજ્જના જેવું આચરણ કરવું નહિ. એકલા બહાર કે પરગામ જવું નહિ, પતિના વિયોગ સમયે બ્રહ્મચર્ય પાળવું. સ્વામીની આજ્ઞા લઈ તીર્થ, વ્રત, ઉપવાસ દેવ મંદિર, ગુરુપૂજન, કરવાં. પતિની આજ્ઞા વિરૂધ્ધ કોઈપણ કાર્ય કરવું નહિ. તેમજ પતિએ પતિના હિત અર્થે શુભ કાર્યમાં વિના કારણે અંતરોષ કરવો નહિ; કારણ પતિથી પતિ અને પતિથી પતિ એમ ઉભય એક રૂપથી જે કામ કરાય છે તે કાર્યથી દેવ, ગુરુ વિગેરે પ્રસન્ન થઈ શુભ આશિર્વાદો આપે છે. પતિ વિના પત્નીને કે પતિ વિના પતિને યજ્ઞાદિક કાર્યના ફળની સફળતા મળતી નથી. અને પાંખનું પ્રાણી સત્તર ગગનમંડળમાં ઉડી શકે છે. તેમ ગૃહસ્થાશ્રમ ધર્મ બે પાંખ વિના યથાર્થ ઉડી કે શોભી શકતો નથી. એકસો સ્ત્રી વિનાનો ગૃહસ્થાશ્રમી, યોગી કે ત્યાગી, વાનપ્રસ્થ કે સન્યાસાશ્રમમાં શોભે તેવો ગૃહસ્થાશ્રમમાં શોભવો કઠીણ છે. અથવા પુત્ર પુત્રાદિ વિગેરે હોય છતાં પોતાના જીવનને માટે બધું નકામું છે. ઘણા રાજાઓએ પણ રાજ્ય, પુત્ર, ધનાદિક છોડી મોક્ષ માટે ઉત્તર અવસ્થામાં એકલા અગર સ્ત્રી સાથે પવિત્ર વનસ્થેત્રમાં જઈ આત્મપ્રાપ્તિ સિદ્ધ કરી છે. માટે ગૃહસ્થાશ્રમી સ્ત્રી પુરુષે હળીમળી પરસ્પર એકાત્મપણે શુભાચરણ કરવાં એ અત્યુત્તમ છે. માટે પતિએ અને પતિના કુટુંબ વર્ગે સ્ત્રીઓને સન્માન, સત્કાર અને માન્ય દૃષ્ટિથી પ્રસન્ન રાખવી, તેમજ સ્ત્રીઓએ પતિ અને પતિના કુટુંબ પ્રત્યે નિરંતર સ્નેહથી વર્તવું, અને તેમની આજ્ઞાનું પાલન કરવું. તેથીજ પોતાનું હિત, પોતાનું સુખ અને પોતાનું સર્વ કલ્યાણ છે.

## રજસ્વલા સ્ત્રીઓને પાળવાનો નિયમ

બહુધા સ્ત્રીઓને બારમા વર્ષથી પચાસ વર્ષ સુધી પ્રત્યેક માસે ઋતુ-રજસ્વલા પ્રાપ્ત થાય છે. સ્ત્રી રજેદર્શનના ત્રણ દિવસમાં અપવિત્ર ગણાય છે. એથે દિવસે ન્હાયા પછી ઘરમાં સ્પર્શ કરવા યોગ્ય શુદ્ધ થાય છે તથા પાંચમે દિવસે સ્નાન કર્યા પછી દેવ પૂજનાદિ પુણ્ય કર્મ કરવાને યોગ્ય થાય છે. રજસ્વલા સ્ત્રીએ બની શકે તો પહેલા ત્રણ દિવસ સુધી કોઇને પોતાનું મુખ બતાવવું નહિ કે વચન પણ સંભળાવવું નહિ, શરીરે તેલ ચોળવું નહિ, ફૂલ કે અલંકારો ધારણ કરવાં નહિ, આંખ આંજવી નહિ, શરીરે ચંદન લેપન કરવું નહિ, વાળ ઓળવા નહિ, દાંતણ કરવું નહિ, પણ કોગળા કરી મુખ સ્વચ્છ કરવું, સ્નાન પણ કરવું નહિ, રોવું કે આંસુ પાડવાં નહિ, થાક લાગે એવું કામ કરવું નહિ, જમીન ખોદવી નહિ, નખ કાપવા નહિ, દોડવું કે હસવું પણ નહિ, દૂધ, ખાટા પદાર્થો-કે વાયુ વધારનારા પદાર્થો ખાવા નહિ. એથે દિવસે સ્નાન કરી પોતાના દેહની શુદ્ધિને માટે પચંગવ્ય (ગાયનું છાણ, મૂત્ર, દૂધ, દહીં અને ઘી) એકઠું કરીને પ્રાસન કરવું ન્હાયા પછી પોતાના સ્વામી કે સૂર્યનારાયણ અગર બગવાનની છત્રી કે સદ્ગુરૂની છત્રીનું દર્શન કરવું, પણ બીજા કોઇનું મુખ જોવું નહિ, પ્રજેત્પતિ માટે સ્ત્રીઓને ચોથી, છઠ્ઠી, આઠમી, દસમી, બારમી, ચૌદમી અને સોળમી, રાત્રિ શ્રેષ્ઠ ગણાય છે. તેમાં વૈધૃત, વ્યતિપાત કે કુયોગ ન હોવો જોઇએ. અમાસ, એકાદશી, બારસ, પુનમ પણ ત્યામ કરવા યોગ્ય તિથિઓ છે. તે ત્યાગ કરી ચોખ્ખા દિવસમાં પ્રજેત્પતિ માટે પતિ સાથે રાત્રે સહજામી થવું. બાકીના દિવસો અલ્પઅર્થવ્રત પાળવું.

## ગર્ભિણી સ્ત્રીના નિયમો

ગર્ભિણી (ગર્ભવતી) સ્ત્રીએ સદા આનંદમાં રહેવું, બની શકે તેા નિત્ય નવનવાં વસ્ત્રો તથા અન્નકાર ધારણ કરવાં; પવિત્ર રહેવું, હલકા, નરમ, ધીરાળા, ને જઠરાગ્નિને પ્રદિપ્ત કરે તથા વહેલા પાચન થાય એવા પદાર્થોના આહાર કરવો. અતિશય ખાટા, તીખા, ખારા, ઊંઠા, વાસી, સુકા, લૂખા, કઠોર, ઝાઝા તેજવાળા, કાચા, એવા તથા પાચન થતાં પીડા કરે એવા પદાર્થો ખાવા નહિ. ‘મહુ જમવું’ નહિ તેમ જૂપ્યા પણ રહેવું નહિ. ઘણો શ્રમ થાય એવાં કામ કરવાં નહિ, વાહન ઉપર બેસવું નહિ, બચંકર સ્થાને જવું નહિ, ને તેવા પદાર્થો જોવા પણ નહિ. પોતાના ગર્ભાનું સંરક્ષણ થવા સાર નિત્ય પ્રાતઃકાળે અને સાયંકાળે, શ્રી સદાશિવ, શ્રી વિષ્ણુ ભગવાન શ્રી સદ્ગુરુ દેવનું શુદ્ધ ભાવનાથી રતન કરવું. પવિત્ર આધ્યાત્મજ્ઞાનનાં, પવિત્ર ધર્મનાં, પવિત્ર વિરતવનાં એટલે, મહાનરત, રામાયણાદિક પુસ્તકને વાંચવાં જેથી ઉત્તમ પ્રજાની પ્રાપ્તિ થાય. ગર્ભવતી જેવી જેવી ભાવના કરે છે, તેવી તેવી પ્રજા ઉત્પન્ન થાય છે; માટે ગર્ભવતી સ્ત્રીએએ નિરંતર ઉચ્ચ ધર્મયુક્ત સદ્ભાવના કરવી.



## — વિધવા સ્ત્રીઓને પાળવાના નિયમો —

વિધવા સ્ત્રીએ સાધુવૃત્તિથી રહેતાં શિખવું. આથા ઉપર વાળ રાખવા નહિ. તાંબુલ (પાન) ખાવું નહિ, કંકુ પુષ્પમાળા ધારણ કરવી નહિ, સોના રૂપાનાં ધરેણાં પહેરવાં નહિ, રંગિત વસ્ત્ર પહેરવાં નહિ, કાંસાના વાસણમાં જમવું નહિ, બે વખત ભોજન કરવું નહિ, આંખો આંજવી



નહિ, પલંગ પર સૂવું નહિ, બૂમી પર ગાદી—ગોદડું કે ચટાઇ  
 ખાચરી તે ઉપર સૂઇ રહેવું. શરીરે તેલ ચોળવું નહિ, નિત્ય ન્હાઇને  
 ઘોળાં વસ્ત્ર પહેરવાં, હાથે બંગડી આદી પહેરવી નહિ, ક્રોધને છતવો  
 ઇન્દ્રિયોને વશ રાખવી, ચાંદ્રાયણુ આદિ વ્રતો કરવાં, વૃધ્ધ  
 સ્ત્રીઓના સહવાસમાં રહેવું, શૃગારરસનાં પુસ્તકો વાંચવા નહિ, પણ  
 જ્ઞનાથી પોતાને સંસાર પર અશ્ચય થાય, ઉદાસીનતા ઉપજે, તથા  
 વૈરાગ્ય પ્રાપ્ત થાય એવાં બોધક ગ્રંથો વાંચવાં અને સાંભળવાં. અખંડ  
 અહમ્મય પાળવું, વૃધ્ધ વડીલોના કલ્યામાં રહેવું. લગ્નપ્રસંગ તથા  
 રડવા કુટવાના પ્રસંગમાં કે સગા સંબંધીઓની વ્યવહારીક અટપટમાં  
 બહુ ભાગ લેવો નહિ. જેમ બને તેમ એકાન્ત અને સત્સાસ્ત્રનું અવ-  
 લોકન કરવું. સાધુ સંતનો સમાગમ કરવો. શ્રી સદ્ગુરુ પરમાત્મામાં  
 પરમ શ્રદ્ધા રાખી તેમની પાસેથી પરમ બોધ પ્રાપ્ત કરવો, અને  
 દેહાધ્યાસનો ત્યાગ કરી પરમ કલ્યાણુદાતા શ્રી સદ્ગુરુની તન, મન,  
 ધન વડે સેવા કરી કૃતકૃત્ય થવું. મનુષ્ય પર્યંત સુધી ઇશ્વરભજન-  
 માંજ દિવસો નિર્ગમન કરવા—પગ્નુ ક્યારે પણ વ્યવહારમાં પડી તલ્લિન થવું  
 નહિ—તીર્થયાત્રાઓ કરવી. સ્વાદ્વાળા પદાર્થના ભોજનનો ત્યાગ કરવો.  
 સાત્વિક આહારનું સેવન કરવું, પરપુરુષોની સાથે ક્યારેય પણ  
 અરિચય પાડવો નહિ. અહંમત્વાદિનો ત્યાગ કરી નિરાભિમાનીપણા  
 વડે નિરંતર આત્મચિંતન કર્યા કરવું. એ વિધવા સ્ત્રીનો ધર્મ છે.  
 (વિધવા સ્ત્રીઓના સંબંધીએ વિધવાઓને વ્યવહારીક કાર્યથી મુક્ત  
 કરવી, ને પરમાર્થમાં જોડી એ યોગ્ય છે.)



## —સાસુઓ અને સગા સંબંધીઓના ધર્મ—

દીકરાની વહુ ઘેર આવ્યા પછી સાસુ-સસરાએ એવી સાવચેતીથી વર્તવું, કે તે વહુ પોતાના વર્તનમાં કોઈ જાતના દોષો જોઈ શકે નહિ. બાળકોને બતાવેલા ધર્મ પ્રમાણે-માત્ર પિતા પોતાની દીકરીને શિક્ષણ આપે, તેમ સાસુ-સસરાએ નિર્દોષપણે વહુને દીકરી તુલ્ય ગણી ધર્મ, નીતિ, સહાચાર, નિવેક, ચિનય, સત્ય, ઉદારતા, ક્ષમા, શાંતિ, ધીરજ, સહનશીલતા, ગુણ, ચાતુર્ય, વ્યવહાર-કૌશલ્ય, અને સઘળી ગૃહવ્યવસ્થા આદી ગુણોનું પાત્રન કરી, વહુને પણ એવા ગુણોનું શિક્ષણ આપવું. રંગેદર્શન થયા પિતા તેને સંસારવ્યવહારમાં જોડાવી નાંહ, જેણે પરધર ક્યારે પણ જોયું નથી, પરાયા મનુષ્યોમાં વસી પરાધીનતાના દુઃખને એક દિવસ પણ અનુભવ કર્યો નથી, કેવળ માત્ર માતૃપિતાના અનવધિ પ્રેમ-વાતસલ્ય પૂર્વક આલ્યાવસ્થાનું સુખ ભોગવતાં જેણે પિતૃવર્ગના મનુષ્યોનોજ વિશેષ પરિચય છે, એવી બાળિકાને પોતાના મનુષ્યોનો વિયોગ થવાથી અજાણ્યા સ્થળમાં સાસરે અણગમે થાય, એ સ્વાભાવિક છે. માટે તેને પોતાના ઘરની માયા થાય, પોતાના મનુષ્યોનો સ્નેહ બંધાય, ને તે આજ માફ નિત્ય રહેવાનું ધર છે, એમ સારી રીતે સમજે, ત્યાં સુધી સુજ સાસુસસરાએ ઘટતી યોજના કરવી જોઈએ.

કેટલીક સાસુઓ વહુ ઉપર પ્રથમથીજ દાખ બેસારવા ને વશમાં રાખવા તેને શરૂઆતથીજ દુઃકારેથી કિંવા તોછડા શબ્દોમાં બોલાવી અયોગ્ય ધમકી આપી, તેને દરેક કામમાં દોષ કાઢી, વારે ધડીએ લઢયા કરે છે. અને અંતે તેનું પરિણામ સાસુના ધારવાથી વિરૂધ્ધ આવે છે. પોતે પોતાનો બારબોજ બોધ તે હલકી પડે છે. માટે વહુને દુઃખ લાગે એવા શબ્દોમાં બોલાવવાની ખોટી ટેવ ન રાખતાં.

સન્માનપૂર્વક બોલાવવી અને ઘરનાં ન્હતાં મોટાં માણસ પણ વિવેક પૂર્વક યોગ્ય રીતે જ તેને બોલાવે એવી યોજના સાસુએ કરવી જોઈએ. વહુના ઉપર નિરર્થક રોષ ન રાખતાં માત્ર જ્યારે તેનાથી કાંઈ વિરૂદ્ધ વર્તન થતું જોવામાં આવે ત્યારેજ, તેને કોષના આવેશમાં નહિ પણ શાંતિથી, ચુકિતપૂર્વક બોધ રૂપે ઘટતા બે શબ્દો કહેવા જોઈએ. પણ જોનાથી કાંઈ વિરૂદ્ધ આચરણ થતું નથી, સંસારની રીતમાત્ર અને ધર્મ—નીતિમાં કુશલ છે. ધરનું કામકાજ જે શક્તિ અનુસાર કરે છે. એવી શાણી વહુ ઉપર અયોગ્ય અમત્ર કરવો નહિ વહુ બાળક હોય. અગર અમ્મણી હોય કે અણુશિખાઉ હોય તો તેના ઉપર વારંવાર ગુસ્સે થઈ ચીડવવી નહિ, પણ પાસે રહી ધીરેથી શિખવાડવું જોઈએ. તેની અવસ્થા કે શરીર શક્તિના પ્રમાણથી અધિક કામ તેને બતાવવું નહિ. કારણકે તે લઢવાના બચથી કાં તો જાતે દુઃખી થાય કાં તો તે કામ બગડે કે કોઈ વસ્તુની હાની થાય. વારંવાર શાંતિથી બોધ રૂપે સમજ આપવી પણ લઢવાનાં રૂપમાં કાંઈ કહેવું નહિ. કોઈ વસ્તુ તે છતાં બગડે તો પરિતાપ કરવો નહિ, અને વહુને કરાવવો પણ નહિ. નિર્દય થઈ સાસુપણાતું અભિમાન રાખી વહુના અવગુણો શોધી નિરંતર તેને દુઃખ દેવા પૂડે પડવું નહિ. પણ વિવેક અને ક્ષમા દૃષ્ટિથી તેના ઉપર પ્રીતિ રાખી સંભાળ લેવી. પોતાના ઘરમાં બીજી પુત્રીની વહુઓ કે પુત્રીઓ હોય તો સાસુએ ઘર કામની વ્યવસ્થા કરી સૌની શક્તિ વિચારી દરેક ધરનું કામ વેહેંચી આપવું. પણ તેમાં બિન્ન ભાવ રાખી કોઈને અધિક ન્યુન ગણી કોઈ એકલુંજ દુઃખી થાય તેમ કરવું નહિ. તેમજ તે વ્યવસ્થામાં યોગ્યતા પ્રમાણે પોતે પણ ભાગ લેવો. સાસુએ વહુને કામકાજ બતાવતાં પોતાની પૂર્વાવસ્થા સંભારવી જોઈએ. તેણે વિચારવું જોઈએ કે તે પણ એક વખત

નાદાન વહુ હતી અને હવે તે મહાવરાથી સર્વ કામમાં પ્રવીણ થઈ છે તેથી તેની મળી આવેલી વહુદીકરી મહાવરાથી સર્વ કામમાં પ્રવીણ થશે. વહુ રસોઈ આદિ કામ કરતી હોય તે વખતે તેના આગળ બેસી ચીકણો સ્વભાવ રાખી તેની જે તે બૂલ કાઢી વારંવાર ટકટક કર્યા કરવું નહિ. પણ પ્રોત્તથી ખતાવવું, કોઈ વહેલું મોડું શીખેછે. દીકરીની પેઠે વહુના શરીરનું આરોગ્ય નિત્ય સાસુએ જાળવવું, ને તેને તાવ ઉધરસ આદિ થઈ આવે તો તુરત ઔષધ વિગેરે કરવાં. પૂરતી સંભાળ રાખવી, દીકરાની વહુ વધે નાની હોય અબણ હોય, વિદ્યાકળા, ગુણ ચતુરાઈ તથા બોલવા ચાલવાના વિવેક વિનયથી અજ્ઞાન હોય અને કામોમાં અણુશિખાઉ હોય તથા કદરૂપી, રોગી, આળસુ, કે જડ હોય; નિર્ધનની દીકરી હોય, કે નીચા કુળમાંથી આવેલી હોય તો તેના દોષો તેને વારંવાર સંભળાવી તેનું મન દુઃખાય તેમ મહેણું દઈ વધવું નહિ પણ તેનામાં જે સુધરી શકે તેવા દોષો હોય તો તેને સમજાવી ઉત્તમ પ્રકારનું શિક્ષણ આપી સુધારવા સાસુનું શાણપણ, પ્રૌઢ બુદ્ધિ, વ્યવહારકુશળતા તથા વિદ્યા કળાના જ્ઞાનની ખરી પરીક્ષા ને ખરી કસોટી ત્યારેજ થાય છે કે જ્યારે પોતાને ઘેર આવેલી, અજ્ઞાન જડ જેવી વહુઓ પણ સારાં આચરણવાળી સર્વ વ્યવહારમાં ચતુર નીવડે. જેવો હર્ષ દીકરાને પરણીવી વહુને ઘેર લાવવા માટે પ્રથમ હોય છે તેવો હર્ષ વહુના આગળ પછી નિરંતર એક સરખોજ પ્રેમ રાખવો પોતાની રૂઝતિમ પોતાને કુલીનતા પ્રાપ્ત હોય, પુષ્કળ ધન હોય કન્યાઓની બહુ છત હોય, પોતાના દીકરાને ખીજ વાર વહુ સહજ મળે તેમ હોય, તે પણ પરણીને આવેલી વહુને સોંધી ( લુંડી ગુલામડી, ઉઘરડી કે કે ઢેખાળા સમાન ) ગણી તેને દુઃખ દેવું નહિ. પણ તેને પોતાનાં

પુત્ર પુત્રી સમાનજ ગણી, વગર રોષે શાંતિથી પોતે તથા પોતાના બીજા દીકરાની વહુઓ હોય તથા દીકરીઓ હોય તે સર્વે જણે પોતાની વહુ ઉપર પ્રેમભાવથી વર્તવું. દેશણીપણું, જેઠાણી પણું નણુંદપણું નહિ રાખતાં સમાન આત્મભાવ રાખી દરેકને સુખ થાય તેવું આચરણ રાખવું. ધર્મશાસ્ત્રમાં કહ્યું છે કે જેના ઘરમાં આવાપીવાના તથા પહેરવા ઝોઢવાના પદાર્થોથી વહુને સારો સત્કાર થાય છે તેના ઉપર બ્રહ્માદિ દેવો, આર્યગાદિ પિતૃઓ અને રૂપિ મુનિઓ પ્રસન્ન થાયછે. સ્ત્રીઓ ભરણપોષણથી સંતુષ્ટ થયેલી હોય તો તે સર્વ સુખના ભંડાર રૂપ સ્ત્રીઓ છે. ને જો કોપ પામેલી હોય તો તે ક્રુધ થયેલી ભયંકર દેવિઓ છે. સન્માન થયેલી સ્ત્રીઓ કુળની શુદ્ધ કરેછે; ને અપમાન પામેલી સ્ત્રીઓ કુળનો નાશ કરે છે. માટે ક્ષણે ક્ષણે વહુઓને કદાપિ પીયેરથી નહિ પ્રાપ્ત થયતી વસ્તુ માટે કનડવી નહિ, પણ પોતાની સંપત્તિ પ્રમાણે (જેમ પોતાની દીકરીઓને રાજ રાખવાને વસ્ત્ર, ઘરેણાં અન્ન વિગેરે આપીએ છીએ.) તેને સંતુષ્ટ કરવી. વહુ કે દિકરી એ તિરસ્કાર પાત્ર કે નાંખી દેવાની વસ્તુ નથી, પરંતુ દીકરા જેટલીજ, અરે તેથી પણ વધારે કિંમતી વસ્તુ છે. પીયેર અને સાન્નિધ્ય (ઉભય) શોભાવા તેમને ઉચ્ચ જ્ઞાન આપવાની અને રક્ષણ કરવાની જરૂર છે.

પુત્રને તો પોતાના બાપના ટેકનેજ સંભાળવાનો છે ત્યારે દીકરીને તો બાપના અને સસરાના એમ બન્ને કુળને સંભાળવાનો ટેક શીખવાડવાનો છે. માબાપને ત્યાં દીકરી હોય ત્યારે માબાપે અને સાસરે વહુ યથા જય ત્યારે સાસુ સસરાએ તેના ઉપર પ્રેમ રાખી ગૃહસ્થાશ્રમ ધર્મ અને પોતાનું કર્તવ્ય શિખવાડવું જોઈએ. સસરાએ પણ પુત્ર વધુના સન્માન માટે પોતાની દીકરી, એના તથા પોતાની

સ્ત્રીને ઘટતું કહેતા રહેવું જોઈએ. ધરમાં સર્વે સંપત્તી આણે છે કે કેમ તેની તપાસ રાખવી, તથા પોતાનો પુત્ર એન કે બીજા કોઈની શીખવણીથી પોતાની સ્ત્રીને દુઃખ તો નથી દેતો, મારામારી કે હાડછેડ તો નથી કરતો—એ તેમ કરતો હોય તો પુત્રને યોગ્ય શીખામણ આપવી. અને વચ્ચે વિદ્ય સંતોષનું કામ કરનાર કોણ છે તે તપાસી તેઓને ઘટતી શીખામણ આપવી, અને ધરના દંકાસને દૂર કરવો એ સસરા તથા વૃધ્ધ વડીલોનું કર્તવ્ય છે. વડુ અને દીકરા એકાન્તમાં વાર્તાવિનોદ કરતાં હોય કે હસતાં બોલતાં હોય તો તેમની છાની એટા જોવાની ઇચ્છા સાસુએ કે નણદે રાખવી નહિ. વડુ દીકરા વચ્ચે અણુગનાવ થાય તેવો ઉપાય કદિયે સાસુએ કરવો નહિ ને વડુનો વાંક કાઢી પોતાના દીકરાને માટે દબ્બો—બાયલો એવા શબ્દ ઉચ્ચારવા નહિ. મનુષ્યમાત્ર પ્રારબ્ધાધિન છે, સુખ દુઃખ સમયે આવે છે ને જાય છે. સદાકાળ એક સરખું હોતું નથી માટે ધૈર્યતા રાખી પોતાનાજ શુભાશુભ કર્મોનો વિચાર કરી સર્વનું શુભ ઇચ્છવું એજ વૃધ્ધ વડીલો, અને સગા સંબંધીઓનું શ્રેષ્ઠ કર્તવ્ય છે કોઈપણ વખત કોઈના પ્રસંગે ખામોશી ખાવી અને સદા આનંદમાં રહેવું એ સૌથી શ્રેષ્ઠ છે.

### —સ્ત્રીઓનું નિત્ય કર્તવ્ય—

તમામ આર્ય સ્ત્રીઓએ આવસ્ય-અનાસ્થાનો ત્યાગ કરી અધ્યા-પૂવક નિત્ય પ્રાતઃકાળમાં છ ઘડી રાત્રી રહે, ત્યારે ઉઠી, (પોતાના સ્વામીના ઉઘ્યા પહેલાં, અને વિધવા હોય, તો પોતાના માત-પિતા—વૃધ્ધ વડીલો પહેલાં) મંગળ વાણીનો ઉચ્ચાર કરી પ્રાતઃસ્મરણ કરવું.

પછી સૌભાગ્યવતીએ પતિનું દર્શન કરવું, અને વિષવા સ્ત્રીએ ભગવાન, કે સદ્ગુરુમહારાજની છબીનાં દર્શન કરવાં. પછી પથારી ઉપાડી ધરમાંથી કચરો વગેરે કાઢી ઝાડે જંગલ જવું, પછી શુધ્ધ મૃતિકા લઈ પાંચ સાત વખત હાથ-પગ ધોવા. બાર કોમળા કરવા. પછી દાતણ કરવું. સૌભાગ્યવતીએ દાતણ કર્યા પછી માથાના વાળમાં તેલ નાંખી અંબોડો વાળવો, પણ યાદ રાખવું, કે વાંકો સેંચો પાડવો નહિ. તે પછી વસ્ત્ર સાથે સ્નાન કરવું. નગ્ન નહાવું નહિ. પૂર્વ દિશા તરફ મુખ રાખી ભગવદ્ સ્મરણ કરતાં કરતાં સ્નાન કરવું. તે પછી પવિત્ર ધોત્તેલાં વસ્ત્ર પહેરવાં, અને સેવાનું સ્થાન હોય, ત્યાં જઈ સેવાનું સઘળું સાહિત્ય [નિત્યકર્મ, સંઘ્યા વિગેરેમાં છે, તે પ્રમાણે] તપાર કરવું. તે પછી સૌભાગ્યવતીએ કંકુનો ચાંદલો કરવો. વિષવા સ્ત્રીએ ભસ્મ કે ગોપીચંદન ડાખા હાથમાં લઈ જળ નાંખી જમણો હાથ ઉપર ઢાંકી, શ્રી કૃષ્ણાય નમઃ અગર શ્રી રામાય નમઃ અગર ગુરુમંત્ર બોલી, બન્ને હાથ ગોળી, લલાટે, હાથે, હૃદયે, લગાવવું. પછી હાથ ધોઈ નાંખી, તેજ મંત્રથી ત્રણ વાર આચમન કરવું. (હાથ ધોઈ નાંખવા.) પવિત્ર આસન ઉપર બેઠેલાં હોઈએ, ત્યાં સ્થિર બેસી પાંચ દશ મિનિટ પ્રભુનું શુધ્ધ ધ્યાન કરવું, અને હૃદયમાં પ્રાર્થના કરવી, કે:—હે સર્વેશ્વર! સર્વાન્તર્યામી! હે પ્રબો! હે નાથ! હે હૃદય નિવાસી! આરા હૃદયમાં પ્રગટ થાઓ-પ્રગટ થાઓ-મને પાવન કરો-પાવન કરો, તમે હૃદયમાં વિરાજો છો, એમ શાસ્ત્ર-સદ્ગુરુ દ્વારા મેં જાણ્યું છે. આપને એવા માફ અંતઃકરણ તલસે છે. એટલા માટે મને દિવ્યજ્ઞાન થાય, એવી કૃપા કરો. સ્વામી અથવા સદ્ગુરુની નિષ્કામ ભક્તિ પ્રાપ્ત થાય એવી કૃપા કરો, જેથી હું કૃતારથ થઈ આ દુસ્તર ભવસાગર તરી જાઉં. અને આરા સ્વધર્મનું ખાલન કરતાં જે જે વિધો આવે તે તે વિધો અને

વિધકર્તાઓ. મારી પવિત્ર દૃષ્ટિથી દૂર રહે ને સંસાર યાત્રા પુરી કરી ત્વરિત આપના ધામમાં આવી પહોંચ્યું ! આ પ્રમાણે પવિત્ર મનથી પ્રાર્થના કર્યા પછી ( નિત્યક્રમ પ્રમાણે સંધ્યા, પૂજા કરવી ) ને પોતાના પતિ અથવા સદ્ગુરુદેવ કે બ્રાહ્મણ અને માત-પિતા કે સાસુસસરા ધરમાં જે કોઈ પૂજ્ય વૃદ્ધ વડિલો હોય તેમને બન્ને હાથ ભૂમિ ઉપર રાખી તે ઉપર મસ્તક ઝુકી પડે લાગવું. ધરમાં મોટી નણુંદ, જેઠ, જેઠાણી હોય તેમને પણ નમન કરવું, એ પ્રમાણે નિત્ય અભિવંદન કરવાથી, આયુષ્ય, વિદ્યા, કીર્તિ, અને બળની વૃદ્ધિ થાય છે. પછી પતિની અગર વૃદ્ધવડિલોની આગ્રા લાઈ તુલસી, પીંપળાનું પૂજન કરવું. શંકર, પાર્વતી તથા લક્ષ્મિ, વિષ્ણુભગવાન વિગેરેનાં દર્શન કરવા જવું તો રસ્તામાં કોઈને સ્પર્શ ન થાય તેમ નીચી દૃષ્ટિથી પ્રભુ ધ્યાન કરતાં કરતાં મૌન વૃત્તિથી શ્રદ્ધાપૂર્વક જવું. દર્શન કરી સીધાં સીધાં ઘેર આવી આવવું.

### — સ્ત્રીઓને નિત્ય દાનની જરૂર છે. —

આ ભોકમાં અને પરભોક્ષમાં કરેલાં દાન—પુણ્યનું ફલજ સુખ રૂપે પ્રાપ્ત થાય છે, માટે ધર્મશીલ સ્ત્રીઓએ પ્રતિદિન પોતાના ધરની સંપત્તિ પ્રમાણે નિત્ય, દ્રવ્ય, વસ્ત્ર, અન્ન, ફળ, ને જળ આદિનું દાન કરવાને નિત્ય નિયમ રાખવો. કારણ કે દાન ન કરવાથી દરિદ્રાદિ દુઃખોને પ્રાપ્ત થઈ અસદ્ગતિ પામવી પડે છે માટે પ્રત્યેક ગૃહસ્થ સ્ત્રીઓએ એકે દિવસ દાન આપ્યા વિના રહેવું નહિ. સ્ત્રી ગૃહિણી કૃદ્ધાપ છે; ગૃહમાં પાંચ સ્થાનમાં (ચૂલો, સાવરણી, ધંટી, ખાંડણીઓ, અને પાણીમાં) નિરંતર પાપ થયા વિના રહેવું નથી અને તે પાપ સ્ત્રીઓને ભોગવવું પડે છે. એટલા માટે નિત્ય પંચમામ કાલો અને



પંચયજ પણ કરવા જોઈએ. પંચમાગ કોઈ બ્રાહ્મણ કે પોતાના ગારને આપવો અને પુરુષોએ પંચયજ વિધિપૂર્વક કરવા પુરુષ ઘેર ના હોય તો સ્ત્રીઓ પણ કરી શકે; પંચયજ અને પંચયજ વિધિ.

### — પંચયજ વિધિ —

દેવયજ (૧) રૂપિયજ (૨) પિતૃયજ (૩) મનુષ્ય યજ (૪) જૂત યજ (૫) દેવયજ—જળ, પૃથ્વી, તેજ, વાયુ અને આકાશથી શરીર ઉત્પન્ન થયું છે; માટે પચ જૂતના અધિકષતા દેવો પંચાયતન, ગણપતી શક્તિ, સૂર્ય, વિષ્ણુ, ને શિવ ને સંતુષ્ટ કરવા—એટલે તેમની સેવા કરી તેમની મહાન આત્માઓનું પાત્રન કરવું તે.

રૂપિયજ—સત્શાસ્ત્રોનું અધ્યયન કરતાં રૂપિમુનિઓની પુદ્ધિનું અનુકરણ કરવું તે

પિતૃયજ—જે પિતૃઓના વીર્યથી આપિંડ પ્રાપ્ત થયો છે, તેમને તર્પણ શ્રાદ્ધ, સંવત્સરી, વિગેરે પૂજન કરી સંતોષા, અને સંતતિ પ્રાપ્ત કરી પોને સંતોષાવું તે

મનુષ્ય યજ—જ મનુષ્ય વ્યક્તિમાં રહી મનુષ્ય જીવન વ્યતિત કરાય છે, તે મનુષ્ય વ્યક્તિને, માનસિક, કામિક, ને વાચિક કોઈ પ્રકારથી સ્વચ્છંદાયરણે હાની ન થાય પણ સર્વ પ્રાણી માનવું પોતાના હાથે દિત થાય એવી પ્રવૃત્તિ કરવી તે

જૂતયજ—પૃથ્વી ઉપરનાં સૂક્ષ્મ જંતુઓ તથા વૃક્ષો સર્વેનું રક્ષણ થાય પણ તેમની હિંસા ન કરાય તે (પાછળ વૈશ્વદેવ વિધિમાં જોઈ મંત્રથી અગ્નિ જમાડવો.)

તે પછી જોજન વિધિ પ્રમાણે સર્વને જમાડી મુખવાસ આપી પોને જમવા બેસવું, સ્થિરતાથી શાંતપણે જમવું. જમી રહ્યા પછી એકાં અગ્રકાં વાસણ વિગેરે માંજ જોજન કરાવેલા સ્થાનને તથા ચુલાને ત્રીપી શુદ્ધ કરી દિવસના જે જે અમલનાં કામો હોય તે

તે સંભાળીને કરી લેવાં. પછી વખત હોય તો પ્રીતિ પૂર્વક સદ્બોધ પ્રાપ્ત થાય એવાં પુસ્તકો, “ સતી ચરિત્ર, ભગવદ્ગીતા, ભાગવત, રામાયણ, ” વાંચવાં પણ વિષય વૃદ્ધિ કરનારા શૃંગારી ગ્રંથો કદિ પણ વાંચવા નહિ. ( સ્ત્રીના સ્વામીએ ધર્મમાં તત્પર રહી સ્ત્રીના કાર્યમાં સ્હાય આપવી ) જેમ અને તેમ સ્ત્રી પુરુષો બન્ને જણે એકમેક ચિન્તવાળાં થઈ નિરંતર કલાક બે કલાક જન્મ પર્યંત સુધી સત્સાસ્ત્ર શ્રવણ કરવા નિયમ રાખવો. સત્સંગ વગેરેમાં જઈ શુદ્ધ સ્થિર ચિન્તથી સમાગમ કરવો અને આ લોક પરલોક સંબંધીતું જ્ઞાન મેળવવું તથા શ્રી સદ્ગુરુ ચરણ ઉપાસી અનન્ય શ્રદ્ધા વડે દૈવિક સાધન સંપન્ન થઈ પરમ એશ્વર્ય પ્રાપ્ત કરવું. શ્રી સદ્ગુરુ દેવમાં સાક્ષાત્ પરમાત્મા બુદ્ધિ ધારણ કરવી. પણ મનુષ્ય બુદ્ધિથી કદાપિ અવલોકવું નહિ. વિવેક ને વિચાર વડે નિત્ય આગળ વધવું, વંડતા આયુષ્યના પ્રવાહમાં એક ક્ષણ પણ નિર્ચયક જવા દેવી નહિ. જે જે શુભ કાય કરવું તેમાં સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા રાખવી.

“ શ્રદ્ધા સકળ સુખ મૂળ છે ” શ્રદ્ધાથીજ સર્વ લભ્ય થાયછે. માટે સદ્ગુરુ કૃપા બળથી જ્ઞાન, વૈરાગ્ય ભક્તિનું સેવન કરી મોક્ષનું અવનવું અખંડિત સુખ પ્રાપ્ત કરવા પ્રયત્ન કરવો. અને મનુષ્ય દેહ ચિન્તામણિ તુલ્ય સમજી ધર્મ પરાયણ રહી ભગવદ્ સેવા ગુરુ સેવા, સ્વદેશ સેવા અને પારમાર્થિક કાર્યમાં ઝંપલાવવું જોઈએ. એજ મનુષ્ય જન્મનું સાર્થક્ય છે. હવે સ્ત્રીઓએ ચોથા પહોરમાં રહેલાં વસ્ત્રો તથા વાસણુની યોગ્ય વ્યવસ્થા કરી સાયંકાળ ચતા સુધીમાં ઘર સાફસુક્ર કરી ધીતો દીવો કરવો. તે પછી ઘરમાં જોઈતા પ્રકાશ માટે તેજ આદિના દીવા પ્રકટાવવા વખત હોય તો પવિત્ર સ્થાને બેસી એક બે માળાનો જાપ કરવો. રાત્રીએ પહેલા પહોરમાં ભજન કરવું. બાના જમ્યા પછી એકાં વાસણુ તુરંતજ

માંજી નાંખવાં પણ વાસ્તી રહેવા દેવાં નહિ. સ્વચ્છ સ્થળે ઉત્તર દિશા વિના બીજી ગમે તે દશા બણીના ઓસીકાએ સુદ્ધ રહેવા માટે પલંગ કે પથારી તૈયાર કરવાં ને તેની પાસે જળપાત્ર તથા પ્રાતઃકાળે ઉડી તુરત દર્શન કરવા માટે પોતાના સ્વામીની ને સદ્યુર કે ઇશ્વરની છબી સામે રાખવી, અને અનુકુળતા હોય તો યોગ્ય સ્થળે બળતો દીવો રાખી રાત્રિના બીજા પહોરમાં રાગદ્વેષમાં યુંથાયેલા પોતાના ચિત્તને પતિ સેવાથી શાંત કરી પવિત્ર મનથી શ્રી પરમાત્માનું બજન કીર્તન, સ્મરણ, કરતાં કરતાં નિદ્રાવશ થવું વિધવા સ્ત્રી હોય તેણે રાત્રે સૂતી વખતે ચિત્તની એકાગ્રતા કરી સ્વપ્નવત સંસારને બણી દોડાધ્યાસને દુર કરી. પરમાત્માનું ચિંતન કરવું પ્રાતઃકાળે વહેલાં ઉડી પવિત્ર થઇ સેવા, પૂજા વ્રત વિધિ કરવાં, મનને વશ રાખવું, વ્યવહારી કાર્યોમાં ઓછું જોડાતાં નતનંગ કરવામાં વધુ વખત ગાળવો, અને પરમ જ્ઞાન મેળાવવા ન્દ્યુરસ્વરૂપ સમિચ્છદાનંદ શ્રી પરમાત્માના ચરણ કમળમાં અહંમમત્વરૂપી અધ્યક્ષ આત્મસુખ સાધી લેવું.

વિધવા સ્ત્રીઓએ અસાર-સંસારમાં ચિન્ત નહિ રાખતાં જમત વ્યવહારથી વિરકત રહેવું કારણ કે સૌભાગ્ય નષ્ટ થયા પછી સૌભાગ્ય પારણ કરવું અને વ્યવહારમાં રચી પચી રહેવું એ પરમાત્માની આજ્ઞાનું ઉલ્લંઘન ગણાય અને તેથી વિધવાના આ લોક પરલોક પણ બગડે છે. માટે વિધવાઓએ સાદાઇ અને સાધુતા રાખવી એજ ઉત્તમ છે. પ્રિય આત્મિય રૂપો ! ધર્મના વિચાર શ્રેણિય ગ્રંથો ધણા છે; શ્રી મનુ ભગવાન, રૂપિ મુનિઓ, અને વિદ્વાનોઓએ સ્વધર્મ પાલન માટે વારંવાર ઉદાપોહ કરી કરી કેસરિનાદ ગમવતા ગયા છે ને હજી પણ ગમવેજ છે. તેમાંથી થોડામાં થોડું કથન કરી આપના નેત્ર સમક્ષ રજી કરવા ઉત્સહ પ્રોક્ષણ કીધું છે. તેને જરૂર સ્વીકારશો.

શ્રી. આપનો ભવદિય હરિના જય સમિચ્છદાનંદ.



# સુભદ્રા મંગલિકા

સ્વપત્નિ, નીતિ, જ્ઞાન, વેદવ્યવહાર, પ્રેમભાવિત્રી ભરપૂર

સુભદ્રા મંગલિકા મારે ગાયકવાડ પુસ્તકાલય

|                         |              |       |       |
|-------------------------|--------------|-------|-------|
| સુભદ્રા મંગલિકા ભાગ ૧મો | પ્રથમ પુસ્તક | કિંમત | ૧-૬-૦ |
| સુભદ્રા મંગલિકા ભાગ ૨મો | પ્રથમ પુસ્તક | કિંમત | ૧-૬-૦ |
| સુભદ્રા મંગલિકા ભાગ ૩મો | પ્રથમ પુસ્તક | કિંમત | ૧-૬-૦ |
| સુભદ્રા મંગલિકા ભાગ ૪મો | પ્રથમ પુસ્તક | કિંમત | ૧-૬-૦ |
| સુભદ્રા મંગલિકા ભાગ ૫મો | પ્રથમ પુસ્તક | કિંમત | ૧-૬-૦ |

કોલકાતા પુસ્તકાલય

સુભદ્રા મંગલિકા મારે ગાયકવાડ પુસ્તકાલય

(સુભદ્રા મંગલિકા ભાગ ૧મો પ્રથમ પુસ્તક)

|                         |              |       |       |
|-------------------------|--------------|-------|-------|
| સુભદ્રા મંગલિકા ભાગ ૧મો | પ્રથમ પુસ્તક | કિંમત | ૧-૬-૦ |
| સુભદ્રા મંગલિકા ભાગ ૨મો | પ્રથમ પુસ્તક | કિંમત | ૧-૬-૦ |
| સુભદ્રા મંગલિકા ભાગ ૩મો | પ્રથમ પુસ્તક | કિંમત | ૧-૬-૦ |
| સુભદ્રા મંગલિકા ભાગ ૪મો | પ્રથમ પુસ્તક | કિંમત | ૧-૬-૦ |
| સુભદ્રા મંગલિકા ભાગ ૫મો | પ્રથમ પુસ્તક | કિંમત | ૧-૬-૦ |

કોલકાતા પુસ્તકાલય

સુભદ્રા મંગલિકા

"સુભદ્રા" મંગલિકા ભાગ ૧મો પ્રથમ પુસ્તક

શ્રી. સ. જી. ડી. ડી. મંગલિકા ભાગ ૧મો પ્રથમ પુસ્તક

સુભદ્રા મંગલિકા ભાગ ૧મો પ્રથમ પુસ્તક

